



日置地区公民館だより

発行 日置地区公民館
〒689-0514 鳥取市青谷町山根218
Tel 0857-86-0836
Fax 0857-86-0837
E-mail:cc-hioki@it.city.tottori.tottori.jp



7月行事予定

令和4年6月24日発行

公民館行事

◆スマホ教室

日時：7月7日(木) 13:30~15:00
場所：日置地区公民館 多目的室
講師：NTTドコモショップスタッフ
参加費：無料
定員：10名程度(先着順) ※詳しくはチラシをご覧ください



◆楽々♪気功教室

日時：7月11日(月) 13:30~15:00
場所：日置地区公民館 多目的室
講師：影日 伴美 先生(健康運動士、気功指導士)
持ち物：飲み物、タオル
参加費：300円
定員：10名(先着順) ※詳しくはチラシをご覧ください



◆ターミーさんのいきいき健康教室

日時：7月21日(木) 10:00~11:30
場所：日置地区公民館 多目的室
講師：佐々木 ターミー さん
持ち物：タオル、飲み物、ジムボール(持っている人)
参加費：無料
定員：10名(先着順) ※詳しくはチラシをご覧ください



~まちづくり協議会行事予定~

7月10日(日) 夏の環境整備 8:00~9:00
7月23日(土) 合同ラジオ体操 6:30~
※詳しくはチラシをご覧ください

~わしの子教室行事予定~

7月 2日(土) わしの子楽団 9:00~10:00
7月 7日(木) じゃがいも掘り 14:30~15:30
7月 9日(土) わしの子楽団 9:00~10:00
7月13日(水) わしの子楽団 16:00~16:50
7月16日(土) わしの子楽団 15:30~16:30
7月29日(金) 棚田先生の楽書教室 9:00~10:00
和紙のうちわ作り 10:30~11:30
体育館で遊ぼう! 13:30~16:30
※詳しくはチラシをご覧ください

ひおき納涼祭

3年ぶりの開催です! ステージでの演芸・イベント、
出店コーナーで夕涼みの楽しいひと時を過ごしましょう!

日時：7月16日(土) 17:00~18:30

場所：あおや和紙工房前広場
(※雨天時：日置体育館)



【ステージ】

(出演)

- ・小畑つくし会
- ・わしの子楽団
- ・鳥取ブラスプレイヤーズ
- (イベント)
- ・お楽しみ抽選会

【出店コーナー】※テイクアウトのみ

- ・日置そばサークル
- ・日置まめな会
- ・café Berry
- ・のぞみハウス
- ・キッチンカーつばさ
- ・海晴館

詳しくはチラシをご覧ください!

※当日受付でお得なクーポン券をお配りいたします!

公民館でひと涼みしよう!

公民館はクールシェルター(暑さと日差しよけの休憩場所)です。
熱中症にならないように、休憩にぜひご利用ください!

熱中症を予防するには...

- ①暑さを避けましょう
- ②こまめに水分をとりましょう
- ③体調が悪い時は無理をしない



声をかけあって、みんなで気をつけましょう!

冷たい飲み物、涼しい部屋があります~♪
いつでもだれでもぜひご利用ください☆

日付	曜日	行事	サークル他
1	金		
2	土	わしの子楽団	
3	日		
4	月		
5	火		オカリナ教室
6	水		
7	木	スマホ教室 わしの子農園	
8	金		
9	土	わしの子楽団	
10	日	夏の環境整備	参議院議員選挙
11	月	楽々♪気功教室	
12	火	生活交通検討委員会	配食サービス
13	水	わしの子楽団	はなちゃんのみもの教室
14	木	木曜会	医療生協日置川支部
15	金		そばサークル まめな会
16	土	わしの子楽団 ひおき納涼祭	そばサークル まめな会
17	日		
18	月	海の日	
19	火		
20	水		
21	木	ターミーさんのいきいき健康教室	
22	金		
23	土	合同ラジオ体操	
24	日		
25	月		
26	火		配食サービス
27	水		
28	木		
29	金	棚田先生の楽書教室 和紙のうちわ作り 体育館で遊ぼう!	
30	土		
31	日		

お申込み・お問い合わせ

日置地区公民館

Tel 0857-86-0836

Fax 0857-86-0837



～5月6月の行事より～

5月26日(木)
出張公民館 (河原サロン & 老人会)



〈河原公民館2階和室〉

河原に出張して「気功教室」を行い、多数の参加をいただきました。「やってみて効果を実感した」、「参加して良かった」というお声が多く、あまりなじみがなかった気功が身近になったひと時でした。



6月9日(木)
老人クラブ
(山根・早牛)
公民館周辺清掃



山根、早牛の老人クラブからたくさんの方にご参加いただき、公民館の周辺が見違えるほどきれいになりました！日差しが強くて暑い中、丁寧に作業してください、ありがとうございました。

5月30日(月)
振替休日を
公民館で過ごそう！



運動会の振替休日、6人の子どもたちが公民館に集まっていろいろな体験をしました。午前中は早牛の『ISO Labo』の五十畑 隆さんにお世話になり、農業体験をしました。小麦の藁を巻き取る工程を見せてもらったり、トウモロコシの苗植え、ネギの水まき、袋ラベルの体験など、いろいろと教えていただきました。午後からは、消防署の指導の下、避難訓練・放水訓練を行いました。その後は体育館でおにごっこやバスケットボールなど元気いっぱい遊んで、みんな仲良く楽しい1日となりました。

6月13日(月)
スマホトラブルを防ごう！



スマホ利用のトラブル事例を挙げながら、安全に利用するための対策を学びました。
また、操作の疑問点や要望についても個々に対応していただき、スマホ機能の利用の幅が広がっています。

6月16日(木)
ターミーさんのいきいき健康教室



脚を開いて座り、息を吸いながら前で交差した腕をゆっくり上げたら、パーッと息を吐き出しながら腕は弧を描くように下ろします。肩こり解消に持ってこいですね。詳しくは教室で体験してみてください。

6月20日(月)
楽々♪気功教室



4月5月と多目的室で開催した気功教室ですが、人気で参加者が多くなり今回は体育館での開催でした。暑い日でしたがゆったりした音楽の中みんな体を動かして、日ごろの疲れが癒された時間でした。

6月21日(火)
やってみよう！ポッチャ！



昨年の東京パラリンピックで話題になったこともあり、初めての方も興味津々。指導員の説明を受けて、いざ実践！初心者とは思えないプレーにあちこちから歓声があがり、またやりたいなど機運が上がりました。おまけに「ラダーゲッター」も体験させてもらい盛り上がりしました。

6月4日(土)
わしの子農園
『さつまいも苗植え』



前公民館長の前田靖憲さんの指導でさつまいもの苗を植えました。みんなやる気満々で、スムーズに上手に作業できました。
おいしいお芋さんにな～れ♪



6月11日(土)
わしの子楽団
活動開始!!



7/16(土)のひおき納涼祭での出演に向けて2年ぶりに活動をスタートしました。上手に演奏できるように、練習頑張ります！

6月18日(土)
棚田先生の
楽書教室



真剣に取り組んでいます！

継続は
力なり

— ひおき納涼祭開催に向けて～ 文化部会の話し合いで... —

5月中旬、例年7月に開催している『ひおき納涼祭』に向けての話し合いがなされました。新型コロナウイルス感染拡大の影響で、2年続けて事業が開催されていません。コロナの収束が見えない状況では、また今年も事業開催できないのか、と会議の雰囲気は「止め」方向でしたが、3年前の同レベルでなくても、今の状況でできることを考えようとの発言が出ました。どのような内容なら出来るか、感染対策をどのようにしていくか、開催可否の判断基準を設けよう...などいろいろな意見が出ました。

鳥取県東部にコロナ警報が出た時点で中止とすることにしていますが、幸いに現在警報は出ていません。7月16日の当日まで警報が出ないことを祈りながら準備を進めています。



やってみよう！
お家でできる健口体操②
あいうべ体操

あ	い	う	べ
①「あ～」と口を大きく開ける。	②「い～」と口を横に開ける。	③「う～」と口をとがらせる。	④「べ～」と舌を伸ばす。
のどの奥が見えるくらい口を大きく開けよう！	首に筋が浮き出るくらいに横に開けよう！	思い切り唇を前に突き出すようにとがらせよう！	舌の先を舌あごの先まで伸ばすような気持ちで舌を出そう！