

# 日置地区公民館だより

〒689-0514

鳥取市青谷町山根218

☎ 86-0836 FAX 86-0837

Email cc-hioki@it.city.tottori.tottori.jp

日置地区公民館 平成30年5月25日 発行



5月15日～18日までの4日間、青谷中学校2年生が2人「ワクワクあおや」職場体験で、日置地区公民館に来てくれました。なれない仕事ばかりでしたが、良く頑張ってくれました。

- 1日目 布の袋作りの布切り・館内の清掃
- 2日目 こんにゃくの種イモ植え・わしの子農園の草取り
- 3日目 牛乳パックの椅子作りのための牛乳パック切り、午後おやつ作り
- 4日目 ひおきおしゃべりカフェの準備・片づけ・参加倉庫の片づけ

日替わりで体験内容が違いました。でも一生懸命に取り組む姿、とても良かったです。公民館の舞台裏、少しは理解して

## 「ワクワクあおや」



## ひおき おしゃべりカフェ

今回の「おしゃべりカフェ」はなりすなの

皆さんに来ていただきました。

「今年も暑いぞー 異常気象に立ち向かおう！」

※ 熱中症の予防

・水分補給、休憩が必要です

・長時間外に出ない

・家の中では、我慢しないでクーラー等を使用する(冷やしすぎにならないように)

新聞で作った棒を使っての運動、文字の書かれた風船をつきながら書かれた文字を読みとく、昭和歌謡の題名を当てるイントロドンなど盛り沢山で楽しいひと時を過ごしました。



今回のおやつ  
さくら餅  
バナナムース

レシピ公民館に有ります



日付	曜日	行事名
1	金	
2	土	カラオケクラブ
3	日	
4	月	
5	火	青谷ブロック会議
6	水	老人クラブ(山根・早牛)清掃
7	木	
8	金	
9	土	
10	日	
11	月	
12	火	配食サービス
13	水	
14	木	木曜会 16日わしの子習字教室
15	金	牛乳パック椅子作り
16	土	カラオケクラブ
17	日	ちまき作り
18	月	16日そばサークル
19	火	
20	水	
21	木	城北地区交流GG大会
22	金	
23	土	立体ちぎり絵教室
24	日	
25	月	
26	火	配食サービス
27	水	
28	木	
29	金	地域づくり懇談会
30	土	倉吉灘手地区より視察・わしの子楽団

## 夏の水分の取り方 ワンポイントアドバイス

- のどが渴いた時に飲む量、コップ1杯まで  
一気に沢山飲むと体に負担がかかる  
コップ1杯までをこまめに飲む
- 水分補給の基本は、水とお茶  
ジュースやアルコール類、コーヒーなどは水分補給とは言えない  
ジュースには糖分が沢山入っているので、血糖値が上がります
- スポーツドリンクはたくさん汗をかいた時に飲む  
スポーツドリンクには糖分の他に塩分も含まれているため、ジッと汗をかいたくらいの際は水で良い  
薄めて飲むなどして過度の塩分補給にならないように



お申込み・お問い合わせは  
日置地区公民館  
☎ 0857-86-0836  
Fax 0857-86-0837

## 館長のつばやきコーナー～ 今年も頑張ってくれた中学生たち

本紙の表面でも紹介しておりますが、今年も青谷中学校の職場体験事業「ワクワクあおや」が実施され、河原の長谷川こころさん、山根の大西飛翔さん、2人の中学生が職場体験として4日間公民館の裏方作業を頑張ってくれました。

いつもは公民館の利用者という立場だった2人、さて職員の立場になって草取りや倉庫の整理など思いがけない地味な仕事が多いことにどんな感想をもったのでしょうか。2人が学校生活とは違う「働く」ということの意味を少しでも感じ、考える機会になってくれたら指導にあたった職員一同にとってこんな嬉しいことはありません。

期間中、まちづくり協議会特産品部会の「こんにやく玉の植付け作業」や公民館事業の「日置おしゃべりカフェ」などの事業も体験してもらいました。

まちづくり協議会のメンバーや公民館職員と一緒に、早牛の田んぼに作られた長い畝に沿って黙々と教えられたとおりの方法で植付け作業に励んでくれました。当日は、季節外れの暑い日だったのですが、2人ともしっかりと頑張ってくれて休憩タイムに出されたジュースをおいしそうに飲んでいたのが印象的でした。

また、体験事業の最終日5月18日に開催した「日置おしゃべりカフェ」には、前日からのおやつ作り、当日の参加者への接待などきびきびと動いてくれました。開会の行事の中で2人に自己紹介を兼ねて挨拶をしてもらいましたが、出席者から暖かい拍手と声援があり、日置のみんなが日置の子を見守り育てる意識の高さを強く感じたひと時でした。



## 振替休日を公民館で過ごそう!

5月21日「振替休日を公民館で過ごそう!!」を開催したところ14名の参加がありました。

午前中は市鳥取市食育アドバイザーの白岩さんを講師に迎え、次の3品目の料理を教えていただきました。

- ① たまごはん焼き
- ② えのき団子のスープ
- ③ いちご白玉



どれも覚えやすく、美味しい料理でした。公民館にレシピがありますご希望の方はいつでもどうぞ!!

午後は、和紙工房GG場にてGGを楽しみました。わしの子流ルールの所もありましたが、目に青葉とてもいい環境の中、大いに楽し

## グラウンドゴルフ



## 6/21 (木) 城北地区交流 GG大会

※ 詳しくは別チラシにて

## 7月/8日 (日) 館長杯健康づくり GG大会



## 館長杯健康づくり GG大会

場所 和紙工房GG場  
時間 午後1時～受付  
午後1時30分スタート  
参加費 無料  
日置地区にお住まいの方どなたでもご参加ください  
※ 詳しくは別チラシにて



## 子どもクッキング



6/15 (金)



## 牛乳パック椅子作り教室

時間 午前10時～午後2時  
場所 2階 図書室  
参加費 1人300円

※ お昼つきです。

牛乳パックのリサイクルで、椅子を作り、ひざ・こしをいたわりましょう。

6/17 (日)



## ちまき作り



時間 午前10時～12時  
場所 多目的室・調理室  
参加費 1人 50円  
持ち物 エプロン・三角巾

昔から伝わる伝統の味!! 是非ご家族でご賞味下さい。

## 地域づくり懇談会 午後7時～

6/29 (金)

## 灘手地区より視察 午前10時～

6/30 (土)