

(民児協) バンビの会

△▽△ 小学校保護者の皆様 △▽△

夏休みに入り、毎日暑い日が続きますね。学校での事、家庭や地域での過ごし方などみんなで一緒に話しませんか！お気軽にお出かけください！子どもたちは、みんなで一緒に楽しく遊びましょう！

【日 時】8月28日(日) 10:00~12:00

【場 所】稲葉山地区公民館 2階和室

【問い合わせ先】

主任児童委員 森田靖彦 (☎22-1885)
岡崎準子 (☎29-7139)

※コロナウイルス感染症の感染拡大状況により中止の場合があります。



なぞなぞコーナー

ひらがな穴埋めクイズ

- 〜〜 Oの中には同じ平がなが入ります 〜
- 【1】OうとどO (ヒント)…夏はこの季節。でも熱中症に注意！
- 【2】だOだOOろ (ヒント)…最近あまり言わないかも
- 【3】ひOOっこ (ヒント)…夏に食べたい
- 【5】OまO (ヒント)…夏に食べたいパート2
- 【4】てOどO (ヒント)…江戸時代発祥とか。美味しい
- 【6】めんきOしOう (ヒント)…大事なものです

漢字足し算クイズ

～ 以下の漢字を組み合わせてできる二字熟語は？ ～
(例)「月・日・日・生」=明星

- 【1】『 日・日・月・十・十・十 』
- 【2】『 力・夫・力・夫・力・十・貝 』
- 【3】『 寺・可・可・言・欠 』
- 【4】『 土・日・口・日・日・糸 』
- 【5】『 舌・里・立・言 』
- 【6】『 カ・ナ・月・交 』

なぞなぞ

- 【1】1本ずつしか売ってない花とは何？
- 【2】2人の不良少年が踊っています。何を踊っている？

△▽△ 7月号の答え △▽△

- (1) 伏 (2) 石 (3) 遍 (4) 陰

8月の行事・学習予定表

| 日 | 曜 | 公民館・その他 | 公民館教室・サークル |
|----|---|---------------------------|---------------------|
| 1 | 月 | | 稲扇 |
| 2 | 火 | | ハンドメイド、拳、稲卓球 |
| 3 | 水 | | 吟詠、拳 |
| 4 | 木 | 子)キラキラ★サンキャッチャー | 囲碁 |
| 5 | 金 | | カラオケ、論語・読書、健康体操、稲卓球 |
| 6 | 土 | | おなか・ゆがみ |
| 7 | 日 | | 書道、稲卓球 |
| 8 | 月 | | 稲扇 |
| 9 | 火 | | しゃんしゃん、拳、稲卓球 |
| 10 | 水 | | スマホ、拳 |
| 11 | 木 | 山の日 | |
| 12 | 金 | | カラオケ、健康体操、稲卓球 |
| 13 | 土 | 事務室閉室日 | おなか・ゆがみ |
| 14 | 日 | | 稲卓球 |
| 15 | 月 | | |
| 16 | 火 | | 稲卓球 |
| 17 | 水 | | 吟詠、パソコン、拳 |
| 18 | 木 | | 囲碁、踊ろう会 |
| 19 | 金 | | カラオケ、論語、健康体操、稲卓球 |
| 20 | 土 | | おなか・ゆがみ |
| 21 | 日 | | 書道、稲卓球 |
| 22 | 月 | | 稲扇 |
| 23 | 火 | | しゃんしゃん、拳、稲卓球 |
| 24 | 水 | 特)教養講座「時代に先駆けた鳥取ゆかりの女性たち」 | 吟詠、パソコン、拳 |
| 25 | 木 | | 囲碁、踊ろう会 |
| 26 | 金 | | カラオケ、健康体操、稲卓球 |
| 27 | 土 | | おなか・ゆがみ、空手教室 |
| 28 | 日 | 民)バンビの会 | 稲卓球 |
| 29 | 月 | | 稲扇 |
| 30 | 火 | | 拳、稲卓球 |
| 31 | 水 | | 吟詠、パソコン、拳 |

※予定は変更になる場合もあります



8月

いなば山

稲葉山地区公民館
鳥取市卯垣5-57
TEL: 24-2542
FAX: 24-2546
令和4年8月1日発行
第565号

【ホームページ】 <http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/inaba-1>
【メール】 cc-inabayama@it.city.tottori.tottori.jp

おねがい

- ◆各事業は新型コロナウイルス感染症の状況によっては、予定が変更・中止になる場合があります。
- ◆当日より2週間以前に県外へ立ち寄った方、県外の方との濃厚接触者、咳などの症状が続いている方、息苦しさや倦怠感のある方、当日体調不良の方は事業への参加をご遠慮ください。
- ◆各事業開始前に、公民館玄関にて必ず検温と手指の消毒をお願いします。
- ◆参加当日はマスクの着用をお願いします。

稲葉山地区敬老会会員各位

令和4年7月19日

お知らせ

敬老会中止の件

稲葉山地区社会福祉協議会
会長 平井泰雄

首標の件、来る9月19日は敬老の日です。長年にわたって地域の発展にご尽力頂いた皆様に感謝とお祝いを申し上げる日ですが、すでにご承知のように一時落ち着きを見たかに見えたコロナウイルスが本県でも猛威を振るっています。よって、9月18日に予定しておりました敬老会は、中止とさせて頂き記念品をもってこれに代えさせて頂きます。何分のご理解とご了承をお願い申し上げます。

以上

【子どもと大人のふれあい事業】キラキラ☆サンキャッチャーづくり

8月4日(木) 10:00~12:00頃予定 ～募集締め切りました～

【場 所】稲葉山地区公民館 2階和室

【内 容】廃ガラス、シーグラス、流木を使用して夏らしいサンキャッチャーを作ります。

【持ち物】特になし 【講 師】リファレンスいなば 担当の方

【参加費】100円(当日集金)

【特色ある公民館活動事業】

教養講座

時代に先駆けた鳥取ゆかりの女性たち

8月24日(水) 10:00~11:30頃予定

【場 所】稲葉山地区公民館 2階和室

【内 容】鳥取ゆかりの人物を再発見！今回は、特に鳥取の女性で、弁護士、農村保健婦、外交官などの先駆けとして活躍した方々のエピソードを紹介していただきます。

【講 師】内田克彦さん(地域研究者・稲葉山地区在住)

【参加費】無料

【定 員】20名 ※定員になり次第締め切ります

【申込み】稲葉山地区公民館(Tel.24-2542)



アロマセラピーサロン主催、看護師、リンパ浮腫療法士でもある宇田川美嘉さんに指導していただき、ラベンダー石けんを作りました。実際に使うのが楽しみです(^_^)



石けんの素地を型に流し込みます



使用するオイルの特性などを教えていただきました



上に載せた薔薇のパーツも石けんできています✿



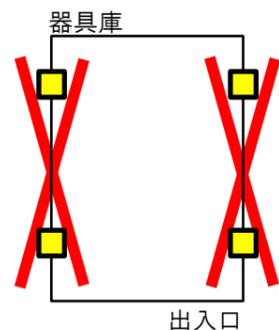
2層仕立てのお洒落な石けんができました

使った後は！ 水を捨てる！

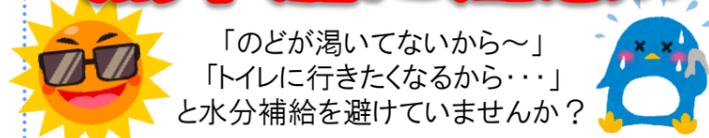
**体育館・トレーニング室の
スポットクーラーを使った後は、
必ず水を捨ててください。**

そのままにしていると水がこぼれて、次に使う方の迷惑になります！
公共の施設ということを考えて、皆が気持ちよく使えるようご協力をお願いします。

体育館のスポットクーラーと扇風機は同じ列で使用しないでください。ブレーカーが落ちます。



熱中症に注意!!



「のどが渴いてないから～」
「トイレに行きたくなるから・・・」
と水分補給を避けていませんか？

**のどが渴いていなくても、
こまめに水分をとりましょう！**

不要不急の外出を控える・活動する時間帯を考える・なるべく日陰を歩く・帽子や日傘を使用して直射日光を避けるなど日差しを避けることも必要です！

熱中症の応急処置

- ①涼しい場所に移動する
- ②衣服を緩め、風通しを良くする
- ③太い血管が流れている両側の首筋・わき・足の付け根などを、保冷剤など(なければ自販機で買った冷たいペットボトルなど)で冷やして体温を下げる

各種団体だより

稲葉山地区健康づくり地区推進員会 相談役 西土井 伸一

皆様こんにちは。私たちは健康づくり地区推進員といひます。
市民の自主的な健康づくり活動の支援を行う地域のリーダーとして、活動しています。
推進員は、次のような役割を担っています。個人から家族、ご近所、地域へ健康づくりの輪を広げ、地域の皆さんとともに、元気で生き生きとした健康な生活が送れるように活動しています。
鳥取市健康づくり計画「鳥取市民元気プラン2016」をもとに、活動を推進しています。「元気プラン」の最終目標は、健康寿命の延伸です。生活習慣病(がん・心疾患・脳血管疾患・糖尿病など)の発症と重症化を予防することです。
8つの分野ごとに健康づくりの目標を達成するために取り組んでいます。
中でも、次の2点に力を入れています。

●がん検診● がん検診を受けて、がんの早期発見と早期治療

●特定検診● 特定検診を受けて、生活習慣病の予防

稲葉山地区の検診受診率は、32%(令和3年度)と他地区に比べ低いので、令和4年度は35%を目指していきます。
各町内(区)に、推進員が1~2名います。
相談したいこと、提案等ありましたら申し出てください。



この度ご寄稿いただきました西土井様は去る7月にご逝去されました。

ご逝去を悼み、謹んでお悔やみ申し上げます。

地区の健康づくりに長年ご尽力されたほか、公民館活動にも快くご協力いただきましたことを深く感謝申し上げます。

ご功勞に敬意を表しますとともに、心からのご冥福をお祈りいたします。



館長のなんたらかんだらコーナー100 ~ふりかえり~

7月も下旬、6月末に梅雨明けしたはずなのに、雨の日が多い。線状降雨帯?大雨たびたび。今年は夏と梅雨が逆転した様な気候だ。暑い夏は来るのか?

さて、館長のなんたらかんだらも今回で100回になった。回数を号にするか回にするかで迷ったこともある。2014年の館長就任、4月にスタート、8年を過ぎた。好き勝手なことを書いてなんとか続きました。

時には共感していただいたり、面白い、楽しみにして下さる言葉もいただき励ましになった。100回の区切りとして少し過去を振り返ってみた。全ての原稿はスマホに保存してある。2020年の2月までに70回、地域での事業や出来事、個人的な話題と身近な内容がほとんど。新しい出会いや発見、喜びに溢れていた。71回に新型コロナウイルスの話。このあとは日本の出来事、世界の出来事、地球のことなどマスコミに上がる話題が多くなった。身近な話題が少なくなった。第1回の記事は『知っている人は知っているが、知らない人は知らないなどのトピックスを掘り起こしたり、館長の見たり聞いたり感想・独り言などを発信するコーナーを新しく頂きました。この人・こんな場所・こんな出来事・こんな集まり・こんな歴史など話題作りの発信源となり、公民館にあまり顔を出さない人にも興味を持ってもらい、また良く顔を出される方の話しのネタになり、さらに話題が広がって行く事を期待します』。地域で楽しく、人と楽しくが薄れて悲しい。