

## (民見協) バンビの会

小学生・小学校保護者の皆様

みんなで一緒に、自分だけの「お気に入りのしおり」を作ろう!

保護者の皆様も、お子様と一緒にお気軽にお越しください!

もちろん、子どもだけの参加もOKです!

【日時】8月27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)



## い☆な☆ばコミスク・ルーム 相談コーナー

8月は小学校が夏休みのため、お休みします。次回は9月7日(木)の予定です。

詳しくは、「広報いなば山9月号」にてお知らせいたします。

【問い合わせ先】稲葉山小学校 Tel 22-8511

## なぞなぞコーナー

…… 共通する部首を答えなせ ……

(例) 木・象・非に共通するのは?

(答え) イ (にんべん) 休・像・俳

【1】欠 反 司 官 耳

【2】工 田 合 会 冬

【3】音 各 木 人 才

【4】申 止 土 単 右

【5】首 刀 白 束 軍

【6】石 巖 風 領 朋

…… 7月号の答え ……

- (1) ゼリー (2) プリン  
(3) ビスケット (4) マシュマロ

## 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	火		拳、稲卓球
2	水		吟詠、スマホ、拳
3	木	子)ストラップ&ブレスレット	囲碁、健康ダンス
4	金		論語・読書、カラオケ、健康体操、稲卓球
5	土	民) 定例会	おなか・ゆがみ、社交ダンス
6	日		書道、稲卓球
7	月	自) 臨時総会	稲扇
8	火	子) 多肉こけ玉	しゃんしゃん、民踊、拳、稲卓球
9	水		吟詠、拳
10	木		囲碁、健康ダンス
11	金	山の日	
12	土		
13	日		
14	月		
15	火		
16	水		吟詠、拳
17	木		囲碁、健康ダンス
18	金		論語、カラオケ、健康体操、稲卓球
19	土		おなか・ゆがみ、社交ダンス
20	日		書道、稲卓球
21	月	地) 季節の石けん作り	稲扇
22	火		しゃんしゃん、民踊、拳、稲卓球
23	水		吟詠、パソコン、拳
24	木		囲碁、健康ダンス
25	金		カラオケ、健康体操、稲卓球
26	土		おなか・ゆがみ、社交ダンス、空手教室
27	日	民) バンビの会	カラオケ、健康体操、稲卓球
28	月		稲扇
29	火		拳、稲卓球
30	水		吟詠、パソコン、拳
31	木		囲碁

※予定は変更になる場合もあります  
※8月12日(土)、14日(月)、15日(火)は事務室閉室日(職員不在)とさせていただきます



稲葉山地区公民館  
鳥取市卯垣5-57  
TEL 24-2542  
FAX 24-2546  
令和5年8月1日発行  
第577号

新型コロナウイルス感染症について

◎分類変更後も新型コロナウイルス感染症の感染力の高さに変わりはありません。周りの方や重症化リスクの高い方への感染を防ぐための対策をお願いします。  
◎マスク着用は個人の判断に委ねることが基本。ただし医療機関の受診や高齢者施設の訪問時は、施設の指示に従ってマスク着用・駐車場での待機など感染対策へご協力を。  
(鳥取県ホームページより引用)

<子どもと大人のふれあい事業>

### 8.3 (木) 10:00~12:00 予定

締め切りました

## 自分だけの! きらきらストラップ&ブレスレット

【場所】稲葉山地区公民館 2階和室  
【講師】konomi\_made 橋本好美さん  
【参加費】大人300円、子ども100円 ※当日集金  
【持ち物】特になし

<子どもと大人のふれあい事業>

### 8.8 (火) 13:30~15:30 予定

## 糸でカラフル! 多肉こけ玉を作ろう

【場所】稲葉山地区公民館調理室  
【内容】多肉植物を植えた大小2個の苔玉を作ります。  
【講師】ガーデンかしの木 池本百代さん  
【参加費】大人500円、子ども300円 ※当日集金  
【持ち物】特になし

大人のみの参加もOKです!

※申込は7/31日で締め切ります

<地域の仲間づくり事業>

### 8.21 (月) 10:00~12:00 予定

## 季節のハーブ石けん作り

【場所】稲葉山地区公民館調理室  
【内容】天然ハーブを使用した1個60g程度×5個程度の大きさの石けんを作ります。  
※作成後は自宅にお持ち帰りいただき、ご自身で型出しし、カットしていただきます。乾燥を経て1ヶ月後から使用できます。  
**※苛性ソーダを使用するため、お子様連れの参加はご遠慮ください。**  
【講師】aromatherapy room mellow 宇田川美嘉さん  
【参加費】800円 ※当日集金  
【持ち物】筆記用具、エプロン  
【定員】10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 (Tel24-2542)

作り始めた! 石けん

稲葉山地区社会福祉協議会

令和5年度稲葉山地区 敬老会 9月16日(土)予定



6/29 特色ある公民館活動事業 **地域発見！** ～リンピアいなば見学・河原町方面～

地域発見！ということで河原町方面にある『リンピアいなば』『とうふちくわの里ちむら』『鳥取刑務所作業品展示場』へ行きました。



2023/06/29



燃えやすくなるよう  
巨大なクレーンで  
ごみを攪拌しています

1度につかめる量は  
約5トン！！

2023/06/29

紹介映像と実際の作業の様子で、自分達が出したゴミがどのように処理されるのかを学びました



ちくわづくり！  
思っていたよりも難しい！

2023/06/29



鳥取刑務所作業品展示場  
どの製品もとても丁寧に作ってあります

2023/06/29

7/3 地域の仲間づくり事業 **クラフトテープでかごバッグづくり**

地域の方を講師に、クラフトテープを編んで作るかごバッグづくりをしました。同じ素材でも色の組み合わせや編み方でそれぞれの個性が発揮されていました。昼を挟んでの長時間に及ぶ作業でしたが、参加者からは楽しかったと好評でした。



2023/07/03



色とりどりの  
素敵な作品ができました

2023/07/03

皆さん黙々と作業に集中していました

～～稲葉山地域の皆様へお知らせ～～



**つながり隊(岡山市三門学区地域)**が稲葉山に来られます！

先進的なボランティア団体の『つながり隊』をお招きし交流研修会を行います！！

参加希望者は  
稲葉山地区公民館に  
ご一報お願いします  
(当日参加もOK)

- 【日時】R5年8月28日(月) 9:30～11:00
- 【場所】稲葉山地区公民館 (Tel.0857-24-2452)
- 【目的】先進的なボランティア団体の活動を聞き、活動の参考に
- 【団体名】ボランティア団体『つながり隊』(岡山市三門学区地域)
- 【主催】いなばやま地区おたすけ会 (会員の方はビブスの着用をお願いいたします)
- 【後援】稲葉山地区社会福祉協議会  
稲葉山地区民生児童委員協議会  
鳥取市社会福祉協議会地域支え合い支援課

地域の皆様の参加を  
お待ちしております



**館長のなんたらかんだらコーナー111 ～高齢者、希望～**

◆ 茹だるような暑い日が続きます。休みの日は冷房の効いた部屋で過ごす事が増えました。コロナ禍の3年間、行動制限を余儀なくされました。後期高齢者にもなり今後の生き方を考えさせられるこの頃です。「高齢者」「老人問題」という言葉が身に沁みます。まさに私のことだ。内閣府から令和4年版高齢白書(全体版)というものが出されている。高齢者というのは一般通念上では65歳からとなっていますが、近年は65～74歳では心身とも健康で活発な社会活動をしている人が大多数。意識調査でも65歳以上を高齢者とするには否定的、75歳以上を高齢者の定義とすることが提案されている。自分を顧みても本当に高齢者になったと自覚せざるをえない。令和3年で75歳以上の高齢者は1,867万人、人口の14.9%を締める。今後も増加、私はもう生きていない令和47年には少子化の影響もあり25%と予測されている。75歳以上になるといわゆるフレイルの領域に入ります。フレイルの基準というのが5項目あります。1.体重減少、2.疲れやすい、3.歩行速度の低下、4.握力の低下、5.身体活動力の低下。大なり小なり当てはまる事が増える。ここが「健常に近い状態で過ごせるか」、「要介護状態に至るか」の分かれ道。この5項目に気を付けて自ら精神身体をコントロールしなくては行けない。自分ではできるだろうか??該当者と思われる人たちが頑張りましょう。

◆ 話は一転して大きな未来がひらけている子どもたちの話題。公民館で活動している稲葉山卓球クラブから全国大会に2人が出場します。保育園年長の津村春乃さん、小学2年の小林佑朱さんが全日本卓球選手権全国大会(会場:神戸)のバンビの部に。5年前に始まったこの教室から日本にいや世界に旅立つかも知れない子が出てきた。みなさん活躍を応援しよう。

**公民館図書室新刊図書のお知らせ**

- ◆ 『正欲』 朝井リョウ/新潮社
- ◆ 『光のどこにいてね』 一穂ミチ/文藝春秋
- ◆ 『チャレンジ ミツケ! ⑨～⑪』 ウォルター・ウィック/小学館

…………… 今後の入庫予定 ……………

- 『ぼくはあと何回、満月を見るだろう』 坂本龍一/新潮社
- 『風神雷神 Juppiter, Aeolus』 原田マハ/PHP 研究所
- 『可燃物』 米澤穂信/文藝春秋

