



# いわくら

第514号  
令和6年7月1日発行  
岩倉地区公民館  
TEL: 22-5621  
FAX: 22-5673  
鳥取市立川町6丁目174



HP アドレス <http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/iwa-1/index.html>

## 第3回 深雪アートフラワー教室

日時 7月18日(木) 13:30~15:30ころ  
場所 岩倉地区公民館  
講師 深雪アートフラワー教授 信田 公子さん  
内容 秋の花(われもこう) 7,9,10月で秋の花を作ります  
参加費 500円  
持ち物 メガネが必要な方はご持参ください。  
定員 10名(定員になり次第締切ります)  
締切り 7月11日(木)までに岩倉地区公民館に申込み下さい。

※見本が公民館にありますので参考にしてください。

## 岩倉の歴史を創る講座

私たちの住んでいる“岩倉地区”の歴史を学ぶ講座です。毎月一回開催で一年間を通しての講座です。参加自由ですので、ぜひ岩倉地区の歴史と現地に出掛けたりの講座を楽しみ下さい。

日時 7月29日(月) 13:30~15:00ころ  
テーマ 『岩倉古墳公園  
～まちづくりと古代の景観～』  
場所 岩倉地区公民館  
講師 鳥取民俗懇話会副会長 松井 純一さん  
持ち物 自分の水分補給用お茶等、汗拭きタオル

## 令和6年度 鳥取市食育推進員養成講座受講生募集

### 【食育推進員養成講座とは・・・】

食生活における正しい知識を学び、食分野の健康づくりアドバイザーとして、地域の中で食育を通じたボランティア活動を行っていく食育推進員を養成する講座です。

- ★食育に興味のある方
- ★ボランティアに興味のある方
- ★仲間づくりをしたい方
- ★健康づくりについて学びたい方
- ★子どもと関わるのが好きな方

一緒に楽しみながら学んでみませんか??

※興味のある方は7月17日(水)までに岩倉地区公民館に申込み下さい。

## 『ふれあいデイサービス』日程変更のお知らせ

年間4回の実施をしています。暑い時期と雪の多い時期を避け、今後は次の3回を予定しています。

- 9月9日(月) フレイル予防について
- 11月11日(月) 認知症の予防と進行抑制
- 3月3日(月) 脳梗塞の予防と対応

岩倉地区社会福祉協議会

## 食事サービスよりお知らせ

7月、8月の食事サービスは夏季のためお休みになります。次回は9月17日(火)の配食になります。

岩倉地区社会福祉協議会

## ドコモスマホ初心者教室

日時 7月26日(金) 10:00~11:30ころ  
場所 岩倉地区公民館 研修室③④  
講師 ドコモショップ講師  
内容 インターネットの検索方法(音声検索など)  
定員 10名(定員になり次第締切ります)  
締切り 7月19日(金)までに岩倉地区公民館に申込み下さい。

※スマホはどのメーカーのものでも可能です。

## 切り絵ワークショップ

日時 7月29日(月) 13:30~15:00ころ  
場所 岩倉地区公民館  
講師 剪画アート&スペース  
主宰 小野寺 マヤノさん  
テーマ 龍、金魚 他  
定員 10名(定員になり次第締切ります)  
参加費 500円  
持ち物 メガネが必要な方はご持参ください  
申込み 7月22日(月)までに岩倉地区公民館に申込み下さい。

## 浴衣着付け体験教室

日時 7月30日(火) 13:30~15:00ころ  
場所 岩倉地区公民館  
講師 和想館 鳥取本店 店長 中村 みほさん  
定員 10名(定員になり次第締切ります)  
参加費 無料  
持ち物 浴衣一式お持ちの方は持参してください。  
(浴衣、半幅帯、前板、腰ひも3本、コーリンベルト、肌着)  
浴衣一式お持ちでない方はスパッツかりラコ、タンクトップを着用してきて下さい。  
申込み 7月22日(月)までに岩倉地区公民館に申込み下さい。

# チャイルドクラブ

## 7月の行事予定

- 3日 セタ会
- 10日 絵本の読み聞かせ会&お誕生日会
- 17日 運動士さんと遊ぼう
- 24日 自由あそび
- 31日 おやすみ

## 夏の交通安全県民運動

【実施期間】

7月8日(月)～7月17日(水)

## ぞうさんの会

とき 7月27日(土) 10:00～10:30

ところ 岩倉地区公民館

### ☐ゴムあたまポンたろう☐

頭がゴムでできている「ゴムあたまポンたろう」。山や大男やおばけと次々にぶつかってポンとどこにも飛んでいきます。次はハリネズミ！え～大丈夫？長新太さんのユニークであったかい絵本です。一緒に絵本を楽しみましょう！！まってまーす！！



## マリーゴールド花鉢を皆さんにプレゼントします

岩倉小学校の児童のみなさんと花ボランティアのみなさんが大切に育てたマリーゴールド花苗をかわいい児童のみなさんのメッセージカードと一緒に地域の方に無料贈呈します。

配布日時、場所

7月9日(火) 10:00～ 岩倉地区公民館

先着順に配布しますのでお越しく下さい。まってま～す。  
※数に限りがありますのでなくなり次第終了させていただきます。

# 地域がつながる いわくらマルシェ

地域からSDGsの実践を！農家さんの規格外野菜、惣菜、雑貨など格安販売！

日時 7月14日(日), 28日(日)

※毎月第2、4日曜日に開催します

時間 10:00～12:00 (売り切れ次第終了)

場所 岩倉地区公民館玄関前

★只今フリーマーケットの出店者を募集しています。公民館に持ち寄って交流しましょう♪出品は何でもOK！出店料なし！  
お問い合わせはきりんのまち・愛プロジェクト080-9804-8474(桑田まで)

主催：きりんのまち・愛プロジェクト

協力：岩倉地区まちづくり協議会

## 熱中症を防ぎましょう

### 【日常生活での予防法】

#### ①室内を涼しくする！

- ・熱中症は室内でも発生します。
- ・扇風機やエアコンを上手に使い、室温を適切な温度に保ちましょう。(エアコンの設定温度ではなく実際の室温を確認しましょう)

#### ②こまめに水分をとる！

- ・暑い日は、活発に動いていなくても知らずに汗をかいています。
- ・のどがかわいていなくても、こまめに水分をとりましょう。

#### ③こまめに休憩をとる！

- ・暑さや日差しにさらされる環境で活動をするときなどは、こまめに休憩をとり、無理をしないようにしましょう。
- ・まちなかの商業施設や公共施設、自然で涼しい場所などのクールシェア・スポットを活用して涼みましょう。

#### ④日差しを避ける！

- ・帽子をかぶったり、日傘をさしたりして直射日光を避けましょう。
- ・また、なるべく日かげを選んで歩いたり、日かげで活動したりするようにしましょう。

#### ⑤家族・地域で声をかけあう！

- ・高齢のかたは暑さやのどの渇きを感じにくく、小さなお子さんは自分では予防策を取ることが難しいです。
- ・家族や周囲の大人が積極的に声を掛けるなどして、みんなで熱中症を防ぎましょう。

#### ⑥天気予報・熱中症警報に気をつける！

- ・天気予報や県が発令する熱中症警報などの情報を活用し、十分な対策をとりましょう。



6月25日現在 ※予定は変更される場合があります。

| 日  | 曜 | 公民館その他                   | サークル                                     |
|----|---|--------------------------|--|
| 1  | 月 |                          | いわくら踊りの会、からだ元気塾、将棋、よさこい                  |
| 2  | 火 |                          | 岩倉コーラス、かんたん整体体操、尺八                       |
| 3  | 水 |                          | 生命の貯蓄体操、チャイルドクラブ、将棋、囲碁、トリアンデス            |
| 4  | 木 |                          | おたっしや教室、サニーイングリッシュ                       |
| 5  | 金 |                          | 太極拳岩倉教室、岩倉扇舞、サニーイングリッシュ、将棋               |
| 6  | 土 | 民児協定例会                   | 書道教室                                     |
| 7  | 日 |                          |  |
| 8  | 月 |                          | 岩倉レディース、からだ元気塾、よさこい、将棋、サツ岩倉、囲碁           |
| 9  | 火 |                          | 岩倉コーラス、かんたん整体体操、健康体操、尺八、サニーイングリッシュ       |
| 10 | 水 |                          | 生命の貯蓄体操、チャイルドクラブ、将棋、囲碁、                  |
| 11 | 木 |                          | おたっしや教室、やさしいリズムダンス、サニーイングリッシュ            |
| 12 | 金 | 社協定例会                    | 岩倉扇舞、ピアノ教室、サニーイングリッシュ、将棋                 |
| 13 | 土 | となり組福祉員・愛の協力訪問員合同研修会     |  |
| 14 | 日 | 岩倉マルシェ<br>あおぞら市民相談会      | 書道教室、よさこい                                |
| 15 | 月 | 海の日                      | よさこい                                     |
| 16 | 火 |                          | 岩倉コーラス、かんたん整体体操、尺八                       |
| 17 | 水 |                          | 生命の貯蓄体操、チャイルドクラブ、囲碁、将棋、サニーイングリッシュ、トリアンデス |
| 18 | 木 | 深雪アートフラワー教室              | おたっしや教室、サニーイングリッシュ                       |
| 19 | 金 |                          | 太極拳岩倉教室、岩倉扇舞、サニーイングリッシュ、将棋               |
| 20 | 土 |                          | 尺八                                       |
| 21 | 日 |                          |  |
| 22 | 月 |                          | 岩倉レディース、からだ元気塾、将棋、よさこい、囲碁                |
| 23 | 火 |                          | 岩倉コーラス、かんたん整体体操、健康体操、尺八、サニーイングリッシュ       |
| 24 | 水 |                          | 生命の貯蓄体操、将棋、囲碁、チャイルドクラブ                   |
| 25 | 木 |                          | おたっしや教室、やさしいリズムダンス、サニーイングリッシュ            |
| 26 | 金 | ドコモスマホ初心者教室              | 太極拳岩倉教室、岩倉扇舞、ピアノ教室、将棋                    |
| 27 | 土 |                          | 書道教室、ぞうさんの会                              |
| 28 | 日 | 岩倉マルシェ<br>あおぞら市民相談会      |  |
| 29 | 月 | 岩倉の歴史を創る講座<br>切り絵ワークショップ | いわくら踊りの会、からだ元気塾、よさこい、将棋                  |
| 30 | 火 | 浴衣着付け体験教室                | かんたん整体体操、尺八                              |
| 31 | 水 |                          | 生命の貯蓄体操、将棋、囲碁                            |