



☆育児サークル☆ ひまわり会

- ◇ 5月5日 休み(こどもの日)
- ◇ 5月12日 ベビーマッサージ
- ◇ 5月19日 交流日
- ◇ 5月26日 おやつ作り

毎週月曜日 10時～11時30分
 場所 城北地区公民館
 お問い合わせは公民館まで(26-3997)

平成26年度町内会長さんのご紹介

平成26年4月20日現在

町区名	お名前
松並町1区	入江 順子 さん
松並町2区	石川 伸二 さん
松並町3区	鈴木 伝男 さん
松並2丁目北	花原 雄一 さん
田 島	羽田 雄治 さん
北 町	野田 収 さん
田園町3丁目	田中 勉 さん
田園町4丁目	水田 憲夫 さん
田園町4丁目東	河本 智宏 さん
青葉町1丁目	前田 宏 さん
青葉町2丁目1区	藤井 則夫 さん
青葉町2丁目2区	宮谷 正信 さん
青葉町2丁目3区	角田 亘 さん
青葉町3丁目	湯口 秀之 さん
美 咲 町	吉田 潔 さん
東 秋 里	梶谷 善憲 さん
秋 里 タ ウ ン	細田 隆 さん
秋 里	木村 進 さん
丸 山 町 西	西村 俊行 さん
丸 山 町 大 星	岡崎 睦昭 さん
南 城 北	中山 則行 さん

お世話になります。よろしくお願いいたします。

社会福祉協議会からお知らせ

☪ 城北ふらっとサロン ☪



◎ 開催日

- ☞ 5月7日 通常
- ☞ 5月14日 ◎講和「認知症について」
◎ランチ「あったかうどん」
(別途材料費 250円必要です)
- ☞ 5月21日 医療生協さんの健康チェック
- ☞ 5月28日 カラオケ

どなたでも“ふらっと”お立ち寄りください。

◎ 食事サービス ◎



◎ 5月9日(金)

- ☞ 担当 青葉1、丸山大星、丸山西
- ☞ 献立 白ごはん、肉料理、野菜の煮物、たまご焼き
ほうれん草の白和え、果物、漬物

◎ 5月23日(金)

- ☞ 担当 青葉2-2、青葉3
- ☞ 献立 白ごはん、魚フライ、ちくわの磯辺焼き
肉じゃが、マカロニサラダ、
わけぎとイカのぬた、果物、漬物

第69回 城北ふるさと塾

～山陰海岸ジオパーク エリア拡大!! 青谷エリア～

◆日 時 5月22日(木)

9:15～14:30

◆コース 公民館出発→魚見台→井手ヶ浜→
青谷上寺地遺跡→あおや郷土館(昼食)
→夏泊散策→公民館着

◆定 員 先着50名まで

◆会 費 1800円(バス・昼食代など)

◆申込み 5月1日～5月12日(月)まで
公民館にて受付します。
参加費をお持ち下さい。



※参加は城北地区住民の方に限ります。

※詳細は回覧チラシをご覧ください

山陰海岸ジオパーク

谷口彰さんおめでとうございます



3月7日～16日ロシアソチで開催されたパラリンピックでアルペンスキー・スーパー複合で、鳥取市城北地区にお住いの谷口彰さんが7位入賞、この好成績をうけて4月4日鳥取県スポーツ顕彰を、障害のある人では初受賞されました。おめでとうございます。

5月の行事予定

(平成26年4月25日現在)

日	曜	公民館・地区・団体行事予定	教室・同好会
1	木	しゃんしゃん体操、自治連合会会議	華道、大正琴、ピアノ、木一会
2	金	民生定例会、ふれあいデイサービス打合せ しゃんしゃん役員会	ヨガ、吟詠、すっきり
3	土	憲法記念日	囲碁、謡曲、剣舞
4	日	みどりの日	
5	月	こどもの日	茶道、吟詠青葉
6	火		*囲碁
7	水	まちづくり常任委員会、防災会総会	洋裁、フォークダンス、手話
8	木	いこいの家監査・役員会、しゃんしゃん体操	華道、大正琴、ぬくもり工房、パソコン
9	金	食事サービス	ヨガ、吟詠、オカリナ
10	土	おはな塾	吟詠、囲碁、剣舞、謡曲
11	日		ストレッチ
12	月	育児サークル	茶道、吟詠青葉、コーラス、*うたう仲間
13	火		ペーパーデコレーション、トールペイント、書道、吟詠、 太極拳、華道、*囲碁
14	水	老人クラブ清掃、自治連常任委員会	子ども書道、ウクレレ
15	木	しゃんしゃん体操	華道、大正琴、俳句、ピアノ
16	金	社会福祉協議会理事会	ヨガ、吟詠、すっきり
17	土	まちづくり協議会総会	吟詠、囲碁、剣舞、謡曲、太鼓
18	日	春の一斉清掃	コーラス、吟詠
19	月	いこいの家総会、育児サークル、北地区主任会	茶道、吟詠青葉
20	火		吟詠、トールペイント、書道、華道、太極拳、*囲碁
21	水	スポ小調整会	洋裁、フォークダンス、手話
22	木	第69回城北ふるさと塾 ～山陰海岸ジオパーク青谷～	大正琴、華道、絵手紙、パソコン
23	金	食事サービス、しゃんしゃん役員会	ヨガ、吟詠、オカリナ
24	土		吟詠、写真、おしゃべりねずみ、囲碁、謡曲、剣舞
25	日	城北小学校運動会	コーラス、ストレッチ
26	月	育児サークル、となり組総会	茶道、吟詠青葉、コーラス、*うたう仲間
27	火		吟詠、ペーパーデコレーション、書道、太極拳、華道 *囲碁
28	水	人権教育推進協議会総会、北地区主事会	ウクレレ
29	木	北地区館長研修会	華道、大正琴
30	金	青少協総会	吟詠、ヨガ
31	土		吟詠、囲碁、謡曲、剣舞

*印がついている教室・同好会は、「城北いこいの家」で行います。

予定は変更となる場合があります。

清風茶会

恒例となりましたお茶会を、茶道教室のご協力で開催いたします。
どうぞ清風の夕べをおくつろぎください。

6月2日(月)

時間 ○一席 午後6時より(先着25名)
○二席 午後7時より(先着25名)

会費 お一人様 1,000円
※申込みはお早めに公民館まで
お願いします。お待ちしております。



ふれあいの会

ちまき作り

6月7日(土)

◇時間 午後1時30分～
◇会場 城北地区公民館
◇指導 食生活改善推進員
◇定員 先着50名(無料)
◇持ち物 エプロン・三角巾・タオル

*後日回覧でお知らせします
共催 食生活改善推進委員会

菓子パンは高カロリー

ソーセージパン	383kcal	(バナナ4.8本分)
チーズ蒸しケーキ	375kcal	(バナナ4.7本分)
チョコチップメロン	546kcal	(バナナ6.8本分)
あんぱん	435kcal	(バナナ5.4本分)
ロールケーキ	563kcal	(バナナ7.0本分)



成分表示を
チェック!

食生活改善推進委員会