



# 城北地区公民館だより

令和5年 11月号  
第464号

〒680-0802 鳥取市青葉町3丁目121-1  
Tel(0857)26-3997 Fax(0857)26-4018  
HP <http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/johoku-1/>

【子どもと大人のふれあい事業】

## カラフル! 多肉植物苔玉を作ろう

【日時】 11月20日(月) 10:00~11:30  
【場所】 城北地区公民館 研修室1・2  
【講師】 ガーデンかしの木の職員さん  
【対象】 小学生



※詳しくは小学校配布のチラシをご覧ください。

【特色ある公民館活動事業】

## 第100回 城北ふるさと塾 第55回 秋の健康ウォーク



### 狐川ポンプ場の見学

- 日時 11月15日(水) 9時~12時 雨天決行
- 集合 8時50分 城北地区公民館前
- 日程 開会式 9:00~ 出発 9:05~  
狐川ポンプ場 9:30~10:30  
重箱 10:40~10:50  
供養塔 11:10~11:30 帰館 12:00
- 解説 国土交通省職員(吉本さん、西垣さん、山口さん)  
植村 俊夫会長
- 持ち物 水筒・タオル・帽子・雨具・マスク
- 定員 35名 城北地区住民に限る
- 参加費 無料(参加者には弁当あり)
- 締切り 11月8日(水)

主催 城北地区健康づくり推進委員会  
城北地区公民館

【地域の仲間づくり事業】

腸活はじめてみませんか♡

## 麹料理教室

発酵食品で腸をきれいに!  
ココロとカラダをととのえましょう♪

- ◇日時 11月17日(金) 10:00~13:00
- ◇場所 城北地区公民館 研修室3・4/調理室
- ◇講師 麴仁 Naomiさん(麴の学校認定講師)
- ◇参加費 500円
- ◇定員 15名
- ◇持ち物 マスク、エプロン、三角巾

### メニュー

- ・野菜麴のコンソメ風スープ
- ・鶏もも肉の醤油麴焼き
- ・野菜麴とオリーブオイルのサラダ
- ・酒粕と味噌漬けゆで卵

★調理後みんなで一緒に食べましょう♪



## 真備町に学ぶ防災研修

(倉敷美観地区・最上稲荷)

- 【日時】 12月1日(金)
- 【集合】 7時15分
- 【日程】 7時30分 城北地区公民館出発  
真備町役場→倉敷美観地区→最上稲荷  
19時 帰着予定
- 【参加費】 3000円
- 【定員】 35名(定員になり次第締切り)



【城北まちづくり協議会 総務・広報部会】

【特色ある公民館活動事業】

## どれみピアノコンサート

一年間楽しく練習してきた成果を発表します。  
みなさま、お誘いあわせの上、お気軽にお越しください。

12月3日(日) 14時開演

- ★場所 城北地公民館 研修室1・2
- ★入場料 無料

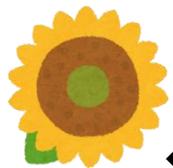
主催 城北地区公民館ピアノ教室  
城北地区公民館

◆各申込みは城北地区公民館へ ☎26-3997

		公民館・地区	サークル
1	水		転倒予防体操・子ども書道 洋裁・フォーク ★健康麻雀
2	木	ブレスレット &キーホルダー作り	ピアノ・ひまわり会・華道 しゃんしゃん体操
3	金	文化の日	
4	土		囲碁 ◆太鼓
5	日		おはな塾・いけ花
6	月	民生定例会	茶道・吟詠青葉・ピアノ
7	火		書道
8	水		転倒予防体操・ストレッチ ★健康麻雀
9	木		華道・しゃんしゃん体操
10	金		ヨガ・吟詠・オカリナ
11	土		写真・囲碁
12	日	一時集合場所集合訓練	★謡曲
13	月	健康プロジェクト講座	コーラス・茶道・吟詠青葉 ★うたう仲間
14	火		書道・ペーパーデコ
15	水	城北ふるさと塾 &秋の健康ウォーク	転倒予防体操・子ども書道 吟詠・洋裁・フォーク ★健康麻雀
16	木	比叡山延暦寺の旅	華道・しゃんしゃん体操・ヨガ 絵手紙・ひまわり会・ピアノ
17	金	麹料理教室	吟詠・ヨガ・いけ花・オカリナ
18	土	吉備/秋の防災祭り	囲碁・手話 ◆太鼓
19	日	ケヤキ通り清掃	
20	月	多肉植物苔玉作り	茶道・ピアノ・吟詠青葉
21	火		書道
22	水	交通安全常任委員会	転倒予防体操・ピアノ ★健康麻雀
23	木	勤労感謝の日	
24	金	マルシェ	吟詠・ヨガ・いけ花
25	土	交通安全分会長会 民生役員会	写真・囲碁・おしゃべりねずみ
26	日		ストレッチ ★謡曲
27	月		コーラス・吟詠青葉・そば ★うたう仲間
28	火		書道・ピアノ
29	水		転倒予防体操 ★健康麻雀
30	木		華道・しゃんしゃん体操 ひまわり会・ピアノ

★印「城北いこいの家」

◆印「城北小学校多目的ホール」



育児サークル

# ひまわり会

◆日時 木曜日 10時～11時30分  
◆場所 城北地区公民館

※未就園児の方ならどなたでも参加できます。  
来られる時は連絡をお願いします。

《開催日》

- 11月 2日 栄養士さんの話
- 11月 9日 休み
- 11月 16日 フィットネスジャングル
- 11月 23日 休み ※勤労感謝の日
- 11月 30日 クリスマスツリー飾りつけ

城北地区公民館 Tel26-3997



# 城北マルシェ

■日時 11月24日(金) 11時～12時  
■場所 城北地区公民館 駐輪場

青谷町日置・勝部地区の新鮮野菜・加工品を販売します。  
焼き芋も販売いたします。  
★地域通貨【城】がご利用いただけます。  
※詳しくは回覧をご覧ください。  
お問合せ・ご予約は公民館へ  
Tel 26-3997

【城北まちづくり協議会 文化・交流部会】



## 2023 城北クリーン活動

### ケヤキ通いでSDGsを体験しよう!!

日時 令和5年11月19日(日) 8:00～  
※雨天延期 11月26日(日)  
作業終了後、城北公民館で  
カレーを食べましょう♪

集合場所 エスマート田園町店 前駐車場  
活動内容 ケヤキ通りの落ち葉掃除  
服装 汚れても良い服装  
持ち物 タオル・軍手・熊手・竹ぼうき  
(お持ちの方)

集めた枯れ葉はコンポストで堆肥づくりをしています!

【城北まちづくり協議会 環境・安全部会】



# 城北地区社会福祉協議会からのお知らせ

## 城北ふらっとサロン

■会場 城北いこいの家  
■日時 水曜日 10時～  
■会費 200円

- 11月 1日(水) 通常通り
- 11月 8日(水) 通常通り
- 11月 15日(水) ～介護保険を学ぼう～  
鳥取北包括支援センター 吉田千昭さん
- 11月 22日(水) 通常通り
- 11月 29日(水) カラオケ



## 困りごと相談



毎週金曜日 10時から12時までですが、3日(文化の日)はお休みです。  
予約の場合は(Tel26-3997)まで、予約なくても、よい季節になりましたのでぶらっと散歩がてら、お茶でも飲みに来られませんか・・・お待ちしております。

## リフレッシュ・ウォーキング

11月21日(火) 9時30分 城北地区公民館集合  
散歩にはもってこいの季節になりました。爽やかな空のもと歩いてみませんか。  
さあ・・・出かけましょう・・・

【地域の仲間づくり事業】

## 人生100年時代 未来のための健康プロジェクト講座

世界のなかでも長寿国の「日本」では、人生100年時代が到来しています!  
人生をずっと元気に過ごすための秘訣やポイント・制度をご紹介します。

【日時】 11月13日(月) 10:00～11:00  
【場所】 城北地区公民館 研修室3・4  
【講師】 明治安田生命 小林 真美恵さん 【申込み】 城北地区公民館 Tel26-3997



## サロンカーによるJKツアー 秋の比叡山延暦寺の旅

日時 令和5年11月16日(木)  
集合場所 城北地区公民館  
集合時間 7時15分  
参加費 9,500円  
定員 35名  
申込先 城北地区公民館 Tel26-3997



※詳しくは回覧をご覧ください  
主催 城北地区老人クラブ連合会

## 吉備総合電設

### 秋の防災祭り



いざという時のために、防災について学ぼう!

◇日時 11月18日(土) 9:00～16:00  
※1人あたり 1時間程度  
◇場所 吉備総合電設鳥取本社  
◇定員 50名  
◇内容 VR体験、水消火器体験、保存食試食  
ワークショップなど  
※詳しくは回覧をご覧ください

鳥取市制施行134周年記念

## 市政功労者、叙勲・褒章 受章のお知らせ

10月1日(日)、市制施行134周年記念市政功労者表彰式並びに叙勲・褒章受章祝賀式が開催されました。  
城北地区の方が表彰されましたので、ご紹介します。

- 瑞宝双光章(郵政事業功労)  
岸田 嘉廣さん
- 社会福祉功労  
山部 美雪さん 田口 さち子さん  
垣田 敬子さん



## ～公民館より御礼～

10月3日(火)に老人クラブの皆様が公民館の掃除を、ひまわり隊の皆様が花壇の手入れをしてくださりました。  
普段行き届かない場所をキレイにいただき、本当にありがとうございました。 職員一同



いきいきサロン 新教室開催のお知らせ

## 城北健康麻雀教室

【場所】 城北いこいの家  
【開催日】 毎週水曜日 13:00～

## 城北いこいの家

管理人さんよりお知らせ

11月4日～7日の間、いこいの家の鍵を城北地区公民館で対応します。  
この間の予約は、岸田嘉廣さんの携帯(090-5263-8068)をお願いします。