



## 小鷲河ふるさとまつり



11月17日(日)に第24回小鷲河ふるさとまつりを開催しました。好天に恵まれ、たくさんの方で賑わいました。

鹿野温泉病院の認知症看護認定看護師、原田仁美さんの『認知症とその予防』についての講演。アトラクションは青谷町の井島暁洋さんのマジックショー、Mr.マリック顔負けのマジックに皆さん興味津々でした。

地元有志の皆さんの「手打ちそば」「ズガニ飯」「コロツケ」「とち餅」「おこわ」など大盛況でした。前日と当日、設営や運営にあたっていただいたみなさまに厚く御礼申し上げます。ありがとうございました。



### 植木の剪定教室10月31(木)

学校応援団の主催で、3地区公民館が協力して鹿野学園王舎城学舎の植木の剪定と環境整備を行いました。2時間半の作業ですっきり爽やかになりました。



### 高齢者部料理教室①11月7日(木)

鳥取市食育アドバイザーの白岩紀子先生の指導で、おからを使った料理を作りました。

メニューは、「おからハンバーグ」「おから混ぜ寿司」「韓国風おから汁」「おからのしっとり炒り煮」「おからドーナツ」。おからは不溶性食物繊維が豊富で、腸内に溜まった老廃物の排出促進、便秘改善、肥満予防に役立つとのことでした。



### こわしがわ防災講座11月13日(水)



気高消防署の方の指導で救急救命とAED講習を行いました。胸骨圧迫、人工呼吸の仕方、AEDの扱い手順などを教えていただきました。

### 鷲峯神社もみじ狩りウォーク11月20日(水)

鷲峯の田中正人さんの案内で鷲峯神社周辺を散策し、紅葉を満喫しました。今年は天候不順で例年より色合いが悪いとのことのお話でしたが十分綺麗でした。



### 休館のお知らせ

12月28日(土)～1月5日(日)の期間は休館いたします。期間内に公民館を利用されたい場合は、休館前にお申し込みください。

## 12月の予定



- |        |                  |           |               |
|--------|------------------|-----------|---------------|
| 9日(月)  | 高齢者部料理教室②        | 時間 10:00～ | 場所 小鷲河地区公民館   |
| 11日(水) | キムチ作り            | 時間 9:30～  | 場所 小鷲河地区公民館   |
| 18日(水) | 冬の寄植え教室          | 時間 9:30～  | 場所 西根園芸(現地集合) |
| 19日(木) | 公民館運営委員会・まもる会役員会 | 時間 19:30～ | 場所 小鷲河地区公民館   |
| 27日(金) | 冬休み子ども塾 お菓子を作ろう  | 時間 9:30～  | 場所 小鷲河地区公民館   |

※支所だよりは26日になっていますが27日に変更になりました。