

みんなで進めよう 「協働のまちづくり」

久松地区公民館だより

平成31年2月号 館長 浜本 健一

第140号 680-0011 鳥取市東町3丁目371-2

☎ 0857-23-4148 fax 23-4180

mail cc-kyusho@it.city.tottori.tottori.jp

http://chiiki.city.tottori.lg.jp/kyusho-1



地区公民館は 地域活動の拠点施設です

ますます若々しく健康に！

美骨ストレッチ

2月26日(火)

10:00~11:00

講師 Fitness Ja-んぐるインストラクター
木原 いずみさん

参加費 無料

定員 30名

申し込み 2月18日(月)まで

持ち物 ヨガマット(なければバスタオル)、
飲み物、シューズ

肩甲骨・股関節を中心としたゆるやかな全身運動です。
動的なストレッチエクササイズで、日常的な動きの可動域を
広げ、若々しい関節づくりをします。
参加希望の方は公民館までお申込みください。
(TEL: 23-4148) たくさんのご参加をお待ちしています。

もちつき大会

2月17日(日)

10:00~11:30

公民館まつり「おやじの店」も大好評だった久松おやじの会の
みなさんによる、毎年恒例のもちつき大会です。蒸したてのもち米
をつきましよう。

もちつきをみんなで体験できる、もちつき大会です。未就学児、小中
学生の皆さん、たくさん参加してくださいね。子ども用のきねも用意し
ています。参加費は無料、当日参加もできます。

(久松おやじの会)

なわとび大会

2月23日(土)



*受付: 13:00~

*競技: 13:30~

*終了: 15:00頃~



今年もなわとび大会の季節になりました。公民館2階の
体育館で行われます。寒さに負けないで元気に体を動かし
ましょう。

☆競技の内容: 個人戦なわとび
全員参加のなが縄とび

☆持ち物: なわとび、体育館シューズ、飲み物
当日参加もできます。

賞品もたくさん用意していますのでお友達と声
をかけあってたくさん参加してくださいね。
(青少年育成会議)

手づくり石けん教室

3月5日(火)

10:00~12:00

講師 中村 美由紀 さん

参加費 1,000円

持ち物 エプロン、ゴム手袋、マスク

定員 15名

(定員になり次第締め切ります。)

毎回好評の手づくり石けん教室です。
自然素材の安心安全な石けんを使って
みませんか? つくる楽しさも味わう
ことができます。

今回はローズとストロベリーの香りを入れた
春らしいピンク色の石けんと、お持ち帰り用に
アルガンオイル入りのアイクリームを作ります。

2月25日(月)までに公民館にお申し込みください。

(TEL: 23-4148)



今月のおもな行事予定 2月

1	金		絵手紙・水彩画教室
2	土		囲碁同好会
3	日		
4	月		英会話、ストレッチ
5	火		久松ママの会、空手教室
6	水	いきいき健康教室 ゆったりストレッチ 牛肉料理講座	太極拳、手づくりの会
7	木		社交ダンス
8	金	舌診と龍村式指ヨガ	民謡教室、詩吟城山会
9	土	歴史講演会	囲碁同好会、手話J-ラ
10	日		
11	月	【建国記念の日】	
12	火		空手教室
13	水		太極拳
14	木		いきいき体操教室、かな書道 J-ラ久松、社交ダンス
15	金		久松ママの会、 絵手紙・水彩画教室
16	土		囲碁同好会
17	日	もちつき大会	J-ラアレーと工作の会
18	月		英会話、ストレッチ
19	火	赤ちゃんの歯の 健康講座	空手教室
20	水		太極拳
21	木		フォークダンス、J-ラ久松 社交ダンス
22	金		民謡教室、詩吟城山会
23	土	なわとび大会	囲碁同好会、手話J-ラ
24	日		
25	月		英会話、ストレッチ
26	火	美骨ストレッチ	空手教室
27	水		
28	木		いきいき体操教室、かな書道 J-ラ久松、社交ダンス

いきいき健康教室

ゆったりストレッチ

2月6日(水)

9:30~11:30

講師：運動療法士 井上陽子さん

寒い毎日ですが、体をほぐしましょう。
動きやすい服装で参加してください。

(健推協)

歴史講演会

「鳥取城の未来地図

～15年の整備事業を振り返って～

鳥取市教育委員会文化財課 佐々木孝文氏

日時 2月9日(土)

13:30~15:00

これまでの整備事業に関する様々なお話を聞き、
また今後鳥取城がどのように整備されていくのか・
興味深いお話が盛りだくさんです。

たくさんのご参加をお待ちしております。

主催：久松山を考える会

国際交流講座

ドイツの文化に触れてみよう!

ドイツ料理講習会

3月8日(金) 9:30~13:00ごろ

講師：鳥取市国際交流員

アンドレーコヴィッツ・マリーさん

参加費：300円

持ち物：エプロン、三角巾

締切：3月4日(月)

定員：10名

(定員になり次第締め切ります。)

****メニュー****

- ・シュニッツェル (カツレツ)
- ・ポテトキュウリサラダ
- ・ローゼマン家の 定番ケーキ

・ドイツのお話を聞いて文化を知り、美味しいお料理とお喋りで楽しい時間を過ごしませんか。

・久松愛の輪との共催事業です。当日は公民館だよりを見て申し込みました方と、久松愛の輪の方と一緒に作ります。

たくさんのご参加をお待ちしております。(TEL: 23-4148)

人権講演会

『備えあれば憂いなし?!』

～本当はこわい遺産相続～

3月2日(土) 10:00~11:30

講師：濱本司法書士事務所 濱本 淳志氏

参加費：無料

相続、遺言等についてわかりやすくお話
いただきます。質問コーナーもあります。
たくさんのご参加お待ちしております。



久松ママの会

～赤ちゃんの歯の健康講座～

生え始めた赤ちゃんの歯、どのようにケアしてあげたら
いいの?

鳥取市の歯科衛生士さんに、教えていただきましょう。

日時：2月19日(火) 10:30~11:30

対象：2歳までの赤ちゃんの保護者の方

持ち物：赤ちゃんの歯ブラシ(あれば)、タオル

参加費：無料

申込・問い合わせ：kyushomama@gmail.com

(久松ママの会 田淵)

今年もご協力お願いいたします

書きそんじハガキ

を集めています

書きそんじハガキとは、書き間違えたものや
使わなかった官製はがきや年賀はがきのことで
す。未投函のものに限ります。

※一度投函されたものは、消印が押してなく
ても書きそんじはがきとはなりません。

古い年賀はがきや官製はがき、使わない切手、
プリペイドカードなど、換金できるものをお願い
いたします。

回収した書きそんじハガキは、鳥取ユネスコ協会
を通じて世界の子どもたちや非識字者への教育活動
『世界寺子屋運動』の活動に充てられます。カンボ
ジア、ネパール、ラオス、アフガニスタンのアジア
4か国の教育支援に活用されます。11枚の書きそ
んじはがきで、カンボジアでは一人の子どもがひと
月学校に通えます。ご協力お願いいたします。

公民館廊下に回収ボックスを置いております。な
お、回収は3月下旬までとさせていただきます。(個
人情報は守られます)



積雪時の足元にご注意ください

2月に入り、雪が降る日が多くなることが予想
されます。公民館に来館される際、玄関前の階段、
スロープ等は大変すべりやすくなるため、足元には
十分気をつけておいでください。また車でのご来館
についても、安全運転を心掛けてください。
よろしくお願いいたします。

