

久松地区公民館だより

令和2年10月号

第160号

館長 浜本 健一

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

お菓子教室

～グレープフルーツの簡単ムース～

10月 8日 (木)

9:30～12:00

講師 出井順子さん

(食育アドバイザー)

参加費 400円

持ち物 マスク、エプロン、三角巾、手拭きタオル、

保冷バック(18cm×18cm以上、高さ15cm以上)、
保冷剤

今回は、グレープフルーツを丸ごと1個使った2層に分かれたデザートです。下はヨーグルトと生クリームを混ぜたムース、上は果汁たっぷりの爽やかなゼリー。どちらにも果肉がたっぷり入った贅沢なデザートです。

冷やすのに時間がかかるので、ムースを持ち帰って冷やしていただくことになります。

保冷バック(保冷剤入り)を忘れずにお持ちください。定員残りわずかです。参加希望の方は公民館へお問い合わせください。

いきいき健康教室

楽しく歩こう

～秋のウォーキング～

10月13日(火)9:30～11:30

久松地区公民館集合

さわやかな秋の一日、楽しく歩きましょう。

尚、雨天の場合は公民館にてグラウンドゴルフ・

ホールインワン競争としゃんしゃん体操を行います。

(健推協)

ステンシルアート講習会

10月15日(木)

10:00～15:30

講師 森本せつさん

参加費 作品1枚につき500円

定員 15名(定員になり次第締め切ります)

持ち物 マスク、絵を描きたい衣類

衣類に花や幾何学模様などの図柄の型紙をあて、おしゃれな洋服に仕上げます。型紙や絵の具などの材料は講師の方が持参されますので、絵を描きたい衣類のみお持ちください。初めての方も丁寧に指導していただけます。

申し込みは10月8日(木)までに公民館(TEL:23-4148)をお願いします。

★昼食が必要な方はお弁当を斡旋しますのでお気軽にお申し出ください。参加をお待ちしています。

婦人協議会

おいしい紅茶の淹れ方と

パウンドケーキ作り

10月28日(水)

10:00～12:00

講師：ティーインストラクター

森田祐子先生

参加費：500円程度

持ち物：エプロン、マスク、三角巾、ハンドタオル

定員：15名

(定員になり次第締め切ります)

※切：10月12日(月)までに公民館まで

(TEL:23-4148)

※ティーカップは用意しますが、ぜひ使ってみたいマイカップがあれば持参されても結構です。

おいしい紅茶の淹れ方を教えていただきます。

紅茶とそれに合うくるみを使ったパウンドケーキを焼いて試食します。

秋の一斉清掃は

10月18日(日)午前7時からです。

(大雨で中止の場合は10月25日(日)に延期)

※新型コロナウイルスの対応について

清掃日時点で、鳥取県版新型コロナウイルス「警報」発令期間中の場合は中止といたします。詳しい内容については回覧にてご確認ください。

今月のおもな行事予定

10月

		公民館・地区関係	サークル
1	木		社交ダンス
2	金		英会話、絵手紙・水彩画
3	土		囲碁同好会
4	日	ふれあい市	
5	月		ストレッチ
6	火		空手教室
7	水		太極拳、手づくりの会、久傘会
8	木	お菓子教室	いきいき体操教室、かな書道、ユース久松、社交ダンス
9	金		英会話、民謡教室、詩吟教室城山会
10	土		囲碁同好会、手話ユース
11	日		
12	月		ストレッチ
13	火	いきいき健康教室「楽しく歩こう」	空手教室
14	水		太極拳
15	木	ステンシルアート	レクリエーション、社交ダンス
16	金		英会話、絵手紙・水彩画
17	土		囲碁同好会
18	日	ふれあい市	イブ・アプレーンと工作の会
19	月		ストレッチ
20	火		空手教室
21	水		太極拳、久傘会
22	木		いきいき体操教室、かな書道、ユース久松、社交ダンス
23	金		英会話、民謡教室、詩吟教室城山会
24	土		囲碁同好会、手話ユース
25	日		
26	月		ストレッチ
27	火		空手教室
28	水	婦人協議会「おいしい紅茶の淹れ方とパウンドケーキ作り」	
29	木		社交ダンス
30	金		英会話
31	土	久松地区ふれあい健康ウォーク	囲碁同好会

※ストレッチはただいま定員に達しております



ふれあい市

10月 4日(日)
18日(日)
8:30~

場所：公民館前庭

大和地区から安くて新鮮な野菜を産地直売します。秋の旬の野菜で夏の疲れをとって、免疫力をアップしましょう!!!
どの野菜も1袋100円というところがいいですね!

郵便局からのお願い

ご自宅で使い切れない食品を
こども食堂の活動に
活かしませんか?



このフードボックスに寄付された食材は
鳥取市内のこども食堂に送られます。
皆様のご協力をお待ちしています!

ご自宅で使いきれない食品を こども食堂の活動にいかしませんか?

こども食堂は、様々な事情を抱えたこどもたちへの食事・学習の支援を通じて、気楽に立ち寄れる居場所の提供を行っています。現在、鳥取県東部56の郵便局ではフードボックスを配備し、地域の皆さまからご家庭で利用の見込まれない食品を持ち寄っていただき、それらをこども食堂へ寄付しています。「もったいない」を「ありがとう」に変える。こども食堂への食材提供にご協力をお願いします。

集める食品の条件

- 賞味期限が明記され、期限が1か月以上先のもの
- 未開封のもの、包装や外装が破損していないもの
- 瓶詰の食品でないもの
- 生鮮食品(生肉、魚介類、生野菜)以外のもの

※近くの郵便局へお届けください



久松地区を歩いてみよう

久松地区ふれあい健康ウォーク

10月31日(土) 8:30~11:30

受付 8:30~
開会 9:00~
出発 9:15~

参加費 無料
持ち物 マスク、帽子、タオル、
飲み物など
各自ご準備ください。

帰着後ホールインワン大会、
豚汁のサービスあり!ステキ
な景品も用意しています。

閉会 11:30
小雨決行しますが、大雨の場合
は・・・
ゆったりストレッチや簡単なゲーム、
グランドゴルフのホールインワン
ゲームを行う
予定です。

10月23日(金)までに公民館に
お申し込みください。
たくさんのご参加をお待ちして
おります。

主催：住みよい久松地区をつくる会
共催：久松地区健康づくり推進員協議会
久松地区公民館

「ふれあいウォーキングマップ」の
久松地区のウォーキングコースを
おり混ぜたコースを歩きます。
(約5km 所要時間約90分)
【コース】
公民館→湯所郵便局→桜土手→
観音院門前→樽谿公園(トイレ休憩)
→山の手通り→お堀端→公民館



尚、新型コロナウイルス
の感染状況によっては
中止になる場合があります。

夏休み子ども教室 (パート2)

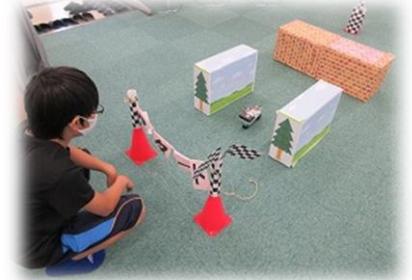
~9月号に引き続き、子どもたちの事業の様子をお伝えします~

【ポーセラーツでペン立てを作ろう】

【プログラミング教室】



コースを走ら
せてみよう



素敵な作品が
出来上がりました



今年度もたくさん参加していただき、ありがとうございました。
来年度も皆さんが参加したくなるような楽しい教室を計画したい
と思います。 お楽しみに!(^^)!