

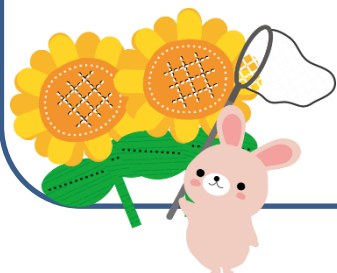
みんなで進めよう 「協働のまちづくり」

久松地区公民館だより

令和5年8月号
第193号

館長 木村 昭彦

〒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

クラフトテープの**カゴバッグ**づくり

8月30日(水)9:30~16:30(終了予定)

補講日:9月2日(土)9:00~12:00

講師:柳田恵美子さん

参加費:実費(当日集金します)

(クラフトテープ代:1,400円程度)

選ぶテープによって料金が異なります。)

定員:10名(定員になり次第締め切ります)

申し込み:8月17日(木)までに公民館へ(TEL:23-4148)

持ち物: *以下の物が必要です。

- はさみ(先がとがったものの方が良い)
- ものさし(30個以上のもの)
- メジャー
- 洗濯ばさみ(20個程度)
- 目打ち
- お弁当(一日かかりますので、昼食を準備してください。必要であれば注文も可能です。)
- 必要な方は眼鏡

クラフトテープ(紙平ひも)でカゴバックを作りましょう。今回は大型買い物バックを作ります。スーパーへの買い物用に、また日帰り温泉用に、たっぷり容量のかごバックです。

(横幅約45cm、高さ約25cm、マチ約18cm)

クラフトテープは好きな色を選ぶことができます。

〆切日までに公民館にご来館いただき、

クラフトテープの色をお選びください。

見本は公民館にあります。



まちづくり視察研修

いずし 出石散策と玄武洞



9月13日(水)7:45(お堀端バス停集合)
8:00(出発)~17:30(到着予定)

参加費 3,500円(当日集金します)
(昼食代、観覧料、お茶・写真代他として)

定員 36名【定員になり次第締め切ります。】

お早めにお申し込みください!

申し込み 8月30日(水)までに公民館へ
(TEL:23-4148)

今年は出石方面へでかけます!

古くは「古事記」「日本書紀」にも登場する出石。

午前中は町のあちこちに残る数々の史跡をガイドさんに案内していただきます。

午後からは玄武洞に行き、石柱が作りだす圧巻の風景を楽しんだり、コウノトリ文化館で公開飼育されているコウノトリを見たりします。参加をお待ちしております。

~主な行程~

10:30~12:30 出石散策(宗鏡寺・永楽館・家老屋敷他)

12:35~13:30 いずし堂本店にて昼食

14:00~14:40 玄武洞

14:45~15:40 豊岡市立コウノトリ文化館

15:45~16:05 かばんのたなか



おでかけ応援講座

~フレイル&頻尿予防~

8月31日(木)13:30~14:30

講師 花王グループ

社会コミュニケーション部門

新 光代さん



参加費 無料

定員 20名(定員になり次第締め切ります)

申し込み 8月18日(金)までに公民館へ
(TEL:23-4148)

いくつになっても自分の力でおでかけしたい!

毎日を元気に過ごしたい方へ元気に過ごす秘訣と日常でできる、男性にも女性にも役立つセルフケアを提案します。

※フレイルとは

年をとって体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態

今月のおもな行事予定



| | | 公民館・地区関係 | サークル |
|----|---|---|--------------------|
| 1 | 火 | ポーセラーツでお皿作り | 空手教室 |
| 2 | 水 | | 久傘会 |
| 3 | 木 | プログラミング教室 (久松小にて) | かな書道、J-マ久松、 |
| 4 | 金 | | 絵手紙・水彩画 |
| 5 | 土 | ・早朝座禅 ・第1回久松盆踊り | 手話J-マ、囲碁同好会 |
| 6 | 日 | | |
| 7 | 月 | パステル和アート | ストレッチ |
| 8 | 火 | いきいき健康教室 『eスポーツを楽しもう』 | 空手教室 |
| 9 | 水 | ブラバンモビールを作ろう | |
| 10 | 木 | | いきいき体操教室 |
| 11 | 金 | 【山の日】 | 詩吟教室久松城山会 |
| 12 | 土 | | 囲碁同好会 |
| 13 | 日 | | |
| 14 | 月 | 【事務室お盆休み】 | |
| 15 | 火 | 【事務室お盆休み】 | |
| 16 | 水 | 【事務室お盆休み】 | |
| 17 | 木 | | かな書道、J-マ久松 |
| 18 | 金 | 絵を描く会(久松小にて) | 絵手紙・水彩画 |
| 19 | 土 | | 手話J-マ、囲碁同好会 |
| 20 | 日 | | インドアプレーンと工作の会 |
| 21 | 月 | 食育推進委員会 子ども夏休みクッキング 『生きる力を育もう!』 | ストレッチ |
| 22 | 火 | | 空手教室 |
| 23 | 水 | | 太極拳 |
| 24 | 木 | | いきいき体操教室、 J-マ久松 |
| 25 | 金 | | 詩吟教室久松城山会 |
| 26 | 土 | | 手話J-マ、囲碁同好会 |
| 27 | 日 | | |
| 28 | 月 | | ストレッチ |
| 29 | 火 | | 空手教室 |
| 30 | 水 | クラフトテープの かごバックづくり | |
| 31 | 木 | ・おでかけ応援講座 ・久松ママ&ベビーの会 「ミュージック・ケア」 | |

※ストレッチはただいま定員に達しております

今年も久松山頂に

大文字 がともる

8月13日(日)～15日(火)
18:45～22:00頃まで

3・11 東日本大震災から12年4ヵ月が過ぎようとしています。私たちは毎年、鎮魂の意をもって久松山山頂に大文字を点灯してきました。鳥取市ではかつて、大地震と大火災で甚大な犠牲があったことも忘れてはなりません。またコロナ厄災の速やかな鎮魂も願ってやみません。そのような思いを込めて、本年もお盆の3日間、大文字をLED電球の光で発信したいと思います。

久松山を考える会
住みよい久松地区をつくる会
久松地区公民館



暑さと日差しよけの休憩所

クールシェルターをご活用ください!

熱中症にならないように公民館を休憩にご利用ください。
熱中症を予防するには...

- ①暑さを避けましょう
- ②こまめに水分をとりましょう
- ③体調が悪いときは無理をしないようにしましょう



久松地区大運動会中止のお知らせ

平成29年に実施して以降、天候不良や新型コロナウイルス感染症の感染拡大に鑑み中止してきました久松地区大運動会について、これを機に久松地区に合った運営形態、競技内容に改変すべく、少し時間をいただいて検討することとしました。

つきましては今年度の運動会は中止することとしましたので御理解願います。

(体育振興会)



大人対象

食育推進委員会 伝達講習会

「足りていますか? 1日分の野菜」

～1日の摂取目標は350gです～

9月11日(月) 10:00～13:00

*持ち物: マスク、ひとりお米1/2カップ、
エプロン、三角巾(参加費は無料です)
おいしさと便利の両立、ちょっとしたコツで野菜料理を1品ふやせます。

【メニュー】

- ・鮭とブロッコリーの豆乳スープ
- ・ナスのピザ
- ・大根サラダ

参加を希望される方は、
9月1日(金)までに公民館にお申し込みください。
(定員15名)



久松ママ&ベビーの会

♪ミュージック・ケア♪のご案内

8月31日(木) 10:30～11:30

講師: るりゆーる 浅見先生

参加費: 350円

申込先: kyushomama@gmail.com

090-5373-1310 (嶋本)

定員: 10組(定員になり次第締め切ります)

親子で楽しく身体を動かし、心地良い時間を過ごしましょう



第1回久松盆踊り



日時: 8月5日(土) 17:00～20:00

場所: 久松地区公民館裏駐車場

傘踊り、ダンス、麒麟獅子舞の他、
飲み物、食べ物コーナーもあるよ(有料)
最後はみんなで櫓を囲んで踊ろう♪
大人も子どもも遊びにきてね!(^^)!
久松おやじの会



いきいき健康教室

『eスポーツ』を楽しもう

8月8日(火) 9:30～11:30

ニンテンドースイッチを使い、『wii(ウィー) sports(スポーツ)』と『太鼓の達人』を体験しましょう!!! 参加費は無料、申し込みは必要ありません。見学もOK!!!
eスポーツには高齢者の健康づくりに役立ったり、認知機能低下の防止になるといわれています。

【主催】久松地区健康づくり地区推進連絡協議会

【共催】久松地区社会福祉協議会

鳥取市保健所 健康・子育て推進課
久松地区公民館

お盆期間の事務所の事務取り扱い 時間を次のとおりといたします。

| | | |
|----|-----|------------|
| 11 | 祝・金 | お休み |
| 12 | 土 | 9:00～12:00 |
| 13 | 日 | お休み |
| 14 | 月 | お盆休み |
| 15 | 火 | お盆休み |
| 16 | 水 | お盆休み |
| 17 | 木 | 通常通り |

公民館はこの期間もご利用になれます。
ご予約は早めをお願いします。

＊お礼＊

夏休み子ども教室はすべて定員になりました。
たくさんのご応募、ありがとうございました。
子ども教室の様子は、
今後紙面で紹介します。

