

令和7年

7

月号

発行 令和7年6月25日 まち協・公民館だより <http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/mizuho-1/>

みずほ

瑞穂地区まちづくり協議会
(鳥取市立瑞穂地区公民館)
鳥取市気高町下坂本48-4
TEL:82-2206 FAX:82-2262
公民館ホームページQR⇒



通学合宿

(公民館事業部)

日時 7月6日(日)～8日(火) 2泊3日
午後1時30分から開所式を行います。

場所 瑞穂地区公民館

対象 小学4～6年生

※申し込みは終了しました。

みんなで協力しながら、楽しい合宿生活をしよう。
ご飯準備や掃除、お風呂も仲良くな。
※地域の皆さんのご参加、ご協力をお願いします。
また、野菜、スイカなどの差し入れもお待ちしております。

ナイトウォーク

(地域文化部)

日時 7月12日(土)

集合 午後6時30分

終了 午後9時20分頃

コース 瑞穂地区公民館～鹿野町鳥の劇場前

持ち物
・補水用飲料
・安全タスキ
・汗拭きタオル



※小学生は保護者同伴で参加してください



夏のみずほっ子

(公民館事業部)

プラネタリウムがやって来る

8月10日(日)

時間 午後3時～5時頃
場所 瑞穂小学校体育館
参加費 100円
持ち物 水分補給用飲料

星を見たあとは
「お楽しみ縁日」
で遊ぼう！

7月28日(月)

オリジナルゲームを作ろう！

(工作)

時間 午前9時30分～11時頃
講師 岡村真由美さん
参加費 300円
持ち物 水分補給用飲料

8月18日(月)

夏の和菓子を作ってみよう

時間 午前9時30分～11時頃
講師 京屋菓舗
参加費 300円
持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル
お抹茶も味わってみよう

< 7月の行事予定 >

◆各行事についての詳細はチラシをご覧ください。◆

日	月	火	水	木	金	土
		1 ・詩吟同好会	2	3 ・3B体操	4	5
6	7 < 通学合宿 >	8	9 ・エコ布	10 ・3B体操	11 ・チェアヨガ教室	12 ・ナイトウォーク
13	14	15 ・詩吟同好会	16	17 ・3B体操 ・エコ布	18	19
20	21	22	23 ・しゃんしゃん体操	24 ・3B体操 ・貝がら節踊り練習	25 みずほだより発行	26
27	28 ・オリジナルゲームを作ろう	29	30	31 ・貝がら節踊り練習		

「貝がら節祭り総踊り」に参加しよう!!

貝がら節祭り 8月2日(土)

【練習日】 7月24日(木)、7月31日(木)
午後7時～1時間程度
【練習場所】 瑞穂小学校体育館

当日は、公民館からバスで移動します。
詳細は、チラシをご確認ください。

中学生、高校生も一緒に踊ろう！



今年も「貝がら節祭り総踊り」に参加します。
昨年は、1位の「貝がら大賞」受賞。そして県立美術館
オープニングパレードの参加と、大活躍の瑞穂連でした。
今年も瑞穂のみんなで盛り上げて踊りましょう。

< 体育会からのお知らせ >

鳥取市民スポーツ大会

6月8日(日)鳥取市民スポーツ大会開会式が行われました。
瑞穂地区からも、各競技に参加していきます。
選手は日頃の練習の成果と実力を発揮しています。



(6/8 卓球)



(6/22 グラウンドゴルフ)

【今後の競技】

7/6 バスケット
(国府町体育館)

7/13 ペタンク
(バードスタジアム
サブグラウンド)



公民館にかざっています。

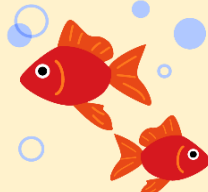
『2024年度
西地域野球大会』
「優勝」瑞穂倶楽部

チェアヨガ教室

7月11日(金)
午後7時～8時頃
参加費 700円

しゃんしゃん体操

7月23日(水)
午後7時～8時頃
参加費 無料



クールシエルター

○公民館を利用して暑さ対策を！
公民館は、誰でも気軽にクールシエルターとして利用できます。
暑い日は、気軽に公民館でひと休みしてください。

○熱中症を防ぎましょう。
暑さを避ける、エアコン、扇風機などの活用、こまめな休憩、水分補給など、体調管理に気をつけましょう。



5/28 (水) しゃんしゃん体操

今年度1回目のしゃんしゃん体操でした。普及員の西垣三千子さん(日光)の指導で前半は体操の説明。後半は、楽しい棒づくり。個性的な色使いで会話はすみ、素敵なしゃんしゃん棒が出来上がりました。



5/31 (土) 広域農道維持管理作業

二本木交差点から山崎橋詰までの広域農道の草刈りを行いました。総務環境部委員、耕作地所有者他多くの方のご協力で、路肩の草刈りや法面のハゼの伐採など、スムーズに作業を終えることができました。



お疲れ様でした。

6/10 (火) そば打ち体験

講師に田中正人さん(鷲峯)をお招きし、そば打ち体験をしました。専用の道具や生地を広げ方に苦戦しながらも格別の美味しさに参加者は大満足でした。試食メニューには、ウドやふきのとう味噌などの山菜や、館長特製のかき揚げに舌鼓。楽しい交流の時間となりました。



あじさい・コスモスロード



館長作
かき揚げ、大根おろし

6月の事業紹介

6/2 (月) ほたるを見る会

今年は、ほたるの数が少なかったものの、土居の田んぼや川の近くには、草に隠れているほたるや暗闇に飛び姿を見つけることが出来ました。週末には、酒津公民館も来てくれました。



「ほたる」について話を聞きました。

6/7 (土) ちまき作り みずほっ子

土居の下村美紀恵さんを講師に、ちまき作りを行いました。昔ながらのちまき作りを地域の子どもたちにも伝えたいと、笹の葉と茅、香りの良い菖蒲などの準備にもご協力いただきました。20名の子どもたちが参加し、団子をこねたり、上手に笹に包んでいました。



「菖蒲」を入れるといい香りがします。



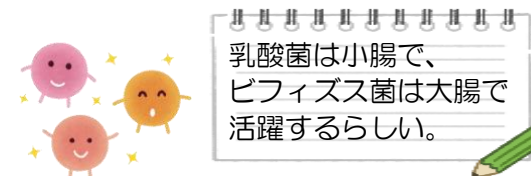
子どもたちは、地域によって包み方が違うことや、昔はお砂糖が貴重品で、今のように甘い味はしなかったことなどを教わりました。

しっかりこねてね。

うまくなったね。

6/12 (木) 健康講演会

『あなたの腸年齢は何歳?』腸内環境と身体への影響や改善法、腸活体操を学びました。腸内細菌は脳の健康に深く関係しているそうです。



乳酸菌は小腸で、ビフィズス菌は大腸で活躍するらしい。



講師 坂本直美さん(鳥取ヤクルト)

6/18 (水) スマホ教室

カメラで「QRコードを」読み込んだり、画像での検索機能を学習。参加者は熱心に、使い方を聞いていました。



スマホを使った特殊詐欺が急増しています。セキュリティ対策をしましょう。



講師 ドコモショップ

サークル活動紹介 詩吟同好会

吟道翔風日本吟翔会 瑞穂支部



その②



月2回火曜日に、加藤公子先生と5名の仲間で稽古をしています。もっぱら大笑いしながら稽古しています。

6月8日(日)、とりぎん文化会館で『令和7年度吟詠コンクール』があり、下坂本の富山博子さんが初級者の部で見事優勝されました。日頃の成果が発揮できましたね。

見学や体験、大歓迎です。覗いてください。
情報提供 福西さん

<配食サービス事業>について

“瑞穂地区ふれあいのまちづくり協議会”が本年度より活動を休止することとなり、「配食サービス事業」を“瑞穂地区まちづくり協議会”が引き継ぐこととなりました。高齢者の見守り活動、小学校の総合学習の面からも、事業の継承を行う必要があると考えます。資金面、人員面でも課題はありますが、少しずつ準備を進めております。配食サービスの実施につきましては、12月を予定しています。地域の皆さんにご協力頂くこととなりますが、何卒よろしくお願い致します。(令和6年度の様子)

