

# 中ノ郷地区公民館だより



No.354 令和6年10月1日  
 中ノ郷地区公民館  
 鳥取市覚寺118 電話 21-5393 FAX 21-5409  
<http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/nakago-1/>



中ノ郷地区公民館QRコード

## ～10月 行事予定表～

日	曜日	行事・会合	教室・サークル
1	火		生花/絵手紙/健康体操/切り絵
2	水		英会話/コーラス/歌おう会
3	木		ヨガ/ロコモ体操/演劇
4	金		健康マージャン教室
5	土		囲碁同好会
6	日		
7	月		書道教室
8	火	民生定例会 なかよしサロン	健康体操
9	水		英会話
10	木		ヨガ/ロコモ体操/演劇
11	金		健康マージャン教室
12	土		囲碁同好会
13	日		
14	月	祝日「スポーツの日」 自治会理事会	
15	火		生花/GO!郷!キッズ/演劇
16	水		英会話/コーラス/歌おう会
17	木		ヨガ/ロコモ体操
18	金		絵手紙/健康マージャン教室
19	土	子ノ公民館花いっぱい活動	囲碁同好会
20	日		
21	月		書道教室
22	火		健康体操
23	水	地ノはぎれのパッチワーク ふれあいディサービス	英会話
24	木		
25	金	公民館だより発行日	
26	土	中ノ郷まつり 子ノ科学を体験教室③ 「スライムづくり」	
27	日	中ノ郷まつり	
28	月		書道教室
29	火		生花/絵手紙/健康体操/切り絵
30	水		英会話/コーラス/歌おう会
31	木		ヨガ/ロコモ体操

子/子どもと大人のふれあい事業  
 特/特色ある公民館活動事業

地/地域の仲間づくり事業

### <地域の仲間づくり事業>

#### 『パッチワーク』

講座では、はぎれを利用して図に示すようなコースターをつくります。

\*はぎれは、公民館で準備します。



日時：10月23日(水) 13:30～15:30

場所：中ノ郷地区公民館

講師：葛西 朝子(中ノ郷地区住人)

参加費：無料

持ち物：まち針、ぬい針、糸切りハサミ

定員：20名

申込み：10月1日(火)～10月18日(金)の間に公民館まで連絡ください。

TEL：0857(21)5393

### <子どもと大人のふれあい事業>

#### 「公民館花いっぱい活動」

主催：地区子ども会指導者連絡協議会

日時：10月19日(土)

場所：中ノ郷地区公民館駐車場

\*詳細は地子連から配布のチラシをご覧ください。



#### 科学を体験教室③



#### 「スライムづくり」



日時：10月26日(土) 10:30～12:00

場所：中ノ郷地区公民館

1階研修室2(事務室の隣)

参加費：無料 \*材料が無くなりしだい、終了します。

■先着20名の子どもさんに

「お茶席の体験券」を

差し上げます。お抹茶と

お菓子を味わってください。



### 中ノ郷まつり案内

日程：10月26日(土)・27日(日)

午前10時～午後5時

会場：中ノ郷地区公民館・中ノ郷小学校体育館

\*詳細は、中ノ郷ふるさとづくり協議会発行のチラシをご覧ください。

#### 10月26日(土)

■作品展示(公民館)

[9:00～17:00]

■各種イベント

[10:30～14:00]

・読み聞かせ(小学校教室)

・科学の体験教室(公民館)

・読み聞かせ(小学校教室)

・お茶席(公民館)

・健康相談(公民館駐車場)

・ストラックアウト等(校庭)

・ボーイスカウト体験(校庭)

■食品販売コーナー(駐車場)

[10:30～14:00]

おにぎり、うどん、綿菓子

ジュース、石窯ピザ販売



#### 10月27日(日)

■作品展示(公民館)

[9:00～14:00]

■ステージ発表会(体育館)

[10:00～12:00]

・バイオリン演奏(湯浅いずみ他)

・中ノ郷中学校吹奏楽部

・コーラス、麒麟獅子

[13:00～14:00]

・オカリナ演奏(大西保江)

・弾き語り(キンシコウ)

・かさ踊り(中ノ郷連)

・すずっこ踊り(チーム中ノ郷)

■福引抽選会(体育館)

[14:00～15:15]

受付10:30～13:30

■食品販売コーナー

(駐車場・小学校)

[11:00～13:00]

焼きそば、カレーライス、

喫茶、赤飯

### ～公民館より事業の予告～

#### 『錦秋の太閤ヶ平を散策!!』

主催：中ノ郷地区健康づくり推進委員連絡協議会

共催：中ノ郷地区公民館【地域の仲間づくり事業】

【行程】往路：公民館→円護寺方面より太閤ヶ平

帰路：樗谿公園よりマイクロバス→公民館

日時：11月2日(土) 午前中

詳しくは後日チラシを配布します。



#### ふるさと教養大楽

#### 『豊岡 安国寺を訪ねて』

共催：中ノ郷ふるさとづくり協議会

「ドウダンツツジの紅葉」が有名な但馬安国寺を訪ね、但馬

海岸ジオパークの1つ香住の「かえる岩」へ立ち寄ります。

日時：11月11日(月) 8時出発 日帰り

受付：10月1日(火)より

定員：30人程度

詳しくは後日チラシを配布します。



## 8・9月開催された地区活動の様子

### 令和6年度 敬老会

今年は、昨年までコロナ禍の影響により開催されていなかった敬老祝宴会を、9月16日（祝日）砂丘会館にて、中ノ郷ふるさとづくり協議会主催により開催されました。8町内会より88名の敬老対象者が参加されるとともに、来賓の中ノ郷小学校校長様、主催者側の協議会会長、自治会会長と副会長、各町内会長が出席され、第30回中ノ郷地区敬老会は実行委員会の皆様のお手伝いにより滞りなく行われました。

祝宴会の席では、アトラクションに澤田さんらによるサクスの生演奏や、参加者の飛び入りによるカラオケ等を楽しまれ、敬老対象者の方々は短い時間ではありましたが、快いひと時を過ごされた様子でした。



福本様の謝辞



祝90歳の花束贈呈



祝90歳の花束贈呈



祝90歳の花束贈呈



祝宴の様子



### <地域の仲間づくり事業>

#### 木製鉢カバーづくり

日時：8月29日(木)  
場所：中ノ郷地区公民館  
講師：藪田 道男さん  
参加者：8人



講師の藪田さん

今回の講座では、地区の方々よりご希望が強かった「木製鉢カバーづくり」を企画・実施しました。講師には「梨の木工房」の藪田道男さんをお願いし、まだ残暑の暑い中の開催でした。先生の丁寧な指導により、参加された皆さんは木製鉢カバーを上手に作製することができました。

#### 参加者の声

- 事前に色々ご準備いただきスムーズに作業ができました。講師の先生には丁寧にご指導下さりありがとうございました。また、プランターの端材を利用した小物づくりも嬉しかったです。
- 期待した以上のものを作成することができました。
- 鉢カバー以外に持って来られていた作品も良かった。特に「桜の木づち」、「すずめの置物」も作ってみたい。
- 大変良かったです。藪田さんの新たなものづくり講座を企画して欲しい。



講師の丁寧な指導



できあがった木製鉢カバー

#### 認知症講座

日時：9月12日(木)  
場所：中ノ郷地区公民館  
講師：安住 知世さん  
(認知症地域支援推進員)  
参加者：17人



認知症を学ぶ

講演では、認知症を引き起こす疾患や、認知症に関する知識と認知症の人の日常生活の注意事項とその接し方、最後に早期診断・早期発見がその後の認知症の人の生活を左右することから、かかりつけ医における定期的な診断を受けることも進められた。講演の後、参加者全員はフレイル予防体操、物忘れをタッチパネルでチェックする体験を行いました。↗

#### 参加者の声

- 物忘れに関して、心配いらぬという結果で安心しました。
- 認知症にならないように努力したいと思います。話を聞いて良かったと思います。
- 介護講座はじめて参加しました。改めて得た知識もあり有意義でした。
- まだ認知症になっていない様で安心しました。
- タッチパネルとりあえずやれやれでした。近々、免許更新があるので少し気楽になりました。
- 少し認知症について理解できた。
- 認知症について詳しくきけて良かった。相談先やサポートの集いの存在を知れて良かった。体操が楽しかった。
- 楽しく体操、タッチパネルをすることができました。
- またこのような講座をして欲しいです。
- 体操、タッチパネルなどの体験など工夫されていてとても良かった。ストレス解消できとても楽しかったです。



タッチパネルで物忘れチェック



フレイル予防体操

#### スマホ教室

日時：9月24日(火)  
場所：中ノ郷地区公民館  
講師：岩渕 壮一郎さん  
清水 愛結さん  
(特定非営利活動法人ふふや)  
参加者：9人



参加者の受講状況

教室では、ご自身のスマホを日々使う中で分からないことや困っていることを講師の方から教わりました。今回講師には「ふふやさん」より大学生も数名来られていましたので、参加者は個別に困っていることを理解できるまで細かく丁寧に教わる時間を持って、大変満足された様子でした。また、若者に教わる様子が和気あいあいと楽しそうにもうありました。

#### 参加者の声

- 手とり足とり良く理解できました。・楽しくできました。
- 参考になりました。・とても良く分かった。



講師による個別指導

