

# 10月 湖山西だより



湖山西地区公民館 鳥取市湖山町西1-512  
 URL: <http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/nisi-1/>  
 メール: [cc-koyamanishi@it.city.tottori.tottori.jp](mailto:cc-koyamanishi@it.city.tottori.tottori.jp)  
 TEL 31-3581 FAX 31-3582  
 令和5年9月25日発行  
 湖山西あいさつ標語: あいさつは ころつなげる 第一歩

## 第11回湖山西ワクワクまつり

会期: 10月21日(土)・22日(日)  
 9:00 ~ 15:00

### スマホを使いこなそう②

LINEの機能について学びます

日時 10月11日(水) 14:00~15:00

ところ 湖山西地区公民館 大会講室

講師 公民館職員

参加費 無料 持ち物 筆記用具

申込み 10月10日(火)までに公民館までお申込みください



～ 湖山西まちづくり協議会 安心安全環境部会よりおしらせ ～

### 湖山池北岸環境美化活動を行います

花植え・草刈り・掃除にご協力をお願いいたします

日時 10月14日(土) 8:00から1時間程度

※少雨決行(当日朝7:00に判断)大雨のときは中止

ところ 湖山池ポート艇庫 ～ グリーンフィールド間

持ち物 軍手、帽子、飲み物

※草刈機、草刈り機、移植ごて、熊手をご準備できるかたは携行をお願いします



子ども大人も  
やってみよう☆

### けん玉教室

はじめてのかたも大歓迎!けん玉検定試験も受けられます☆

日時 10月28日(土) 9:00~12:00

ところ 湖山西地区公民館 大会講室

講師 高橋 勇 さん

参加費 無料

※申込みは不要です。直接会場にお越しください。



集中力UP!  
有酸素運動で  
生活習慣病予防!

## 認知症サポーター養成講座

認知症とはどういうものか?どういう症状があるのか?認知症の方と接する時の心構えなどを教えていただきます。

日時 11月1日(水)

10:00~11:30

ところ 湖山西地区公民館

2階 第1講義室

講師 キャラバン・メイト

定員 30人

～ 認知症サポーターとは ～  
 「なにか」特別なことをする人ではなく、認知症に関する正しい知識を持ち、ご本人や家族に対し温かい目で見守る「応援者」です。安心して暮らし続けることが出来るまちを一緒につくっていきましょう。

### 小・中学生対象! やってみよう! でー

少雨決行!  
雨天時は体育館で  
遊びます!

湖山西フラワーロードの花植えをし、カレーを食べて映画を観ます!大人のかたにご協力いただけるかたも、ぜひご参加ください☆

日時 11月2日(木) 9:30~13:00

9:30に湖山西公民館 ロビー集合

ところ 湖山西フラワーロード、湖山西地区公民館大会講室

参加費 無料 定員 30人

持ち物 軍手、移植ごて、少雨の場合は替替え

申込み 10月23日(月)までに公民館までお申込みください

### 災害に備えよう! 地区防災訓練

詳細はチラシを  
ご覧ください

日時 11月5日(日) 9:30~11:30

ところ 湖山西体育館

内容 ①簡易トイレなどの防災資機材を組み立てよう!

②DVD視聴(風水害、地震について)

主催:湖山西地区自主防災会連絡協議会



### 秋の大山、工場見学のバス旅行

日程 11月6日(月) 8:00~17:00

※10月2日(月) 8:30より受付を開始します!

#### ～ 行程表 ～

8:00 湖山西地区公民館集合 8:15 出発  
 10:00~11:00 本池美術館見学  
 12:00~13:30 森田湯院「神の湯」・昼食  
 14:15~15:15 サントリー天然水奥大山ブナの森工場見学

参加費:3,000円

定員:25名(定員になり次第締め切ります)

その他:当日に体調がすぐれない方は、勇気をもって欠席をしてください  
 昼食は、うどんかそばが選べます。申し込み時にお伝え下さい。

## 10月行事予定

日	曜	行事	教室
1	日	あけぼの町内会小地域懇談会 茶屋西町内会小地域懇談会 体育館調整会議 男子バレーボール(体育会主催) 女子バレーボール(体育会主催)	
2	月	民衆協定例会	からだ元氣塾、フラダンス
3	火	グラウンドゴルフ大会	民謡、フラダンス
4	水	食事サービス	美骨ストレッチ
5	木		ステップ運動、ソフトバレー しゃんしゃん体操、ヨガ
6	金	移動図書館巡回日	男の料理、習付け
7	土	まち協企画調整委員会	
8	日		
9	月	スポーツの日 第8回とっとり多文化交流フェスタ	
10	火		パソコン、パッチワーク、民謡 フラダンス
11	水	スマホを使いこなそう②	美骨ストレッチ、コーラス 水墨画
12	木		ステップ運動、ハマナス、ヨガ ソフトバレー
13	金		わんぱく、ピラティス 社交ダンス、楽舞会、カラオク チューブエクササイズ
14	土	湖山池環境美化活動(北岸清掃)	お茶(立礼)韓国語(初級) 3日体操
15	日	町内一斉清掃 白鳥町内会小地域懇談会	カラオケ同好会
16	月		からだ元氣塾、フラダンス 等身
17	火		民謡
18	水	食事サービス	美骨ストレッチ、子どもお茶 コーラス
19	木		
20	金	移動図書館巡回日	
21	土		
22	日	ワクワクまつり	
23	月		からだ元氣塾、フラダンス カラオク
24	火		パッチワーク、3日体操 フラダンス
25	水		美骨ストレッチ、コーラス 水墨画、子どもお茶
26	木		ステップ運動、ハマナス しゃんしゃん体操、ヨガ ソフトバレー
27	金		わんぱく、ピラティス 習付け、楽舞会、社交ダンス
28	土	けん玉教室 湖山池町内会小地域懇談会	韓国語(初級)
29	日	一般野球(体育会主催)	
30	月		からだ元氣塾、フラダンス
31	火		3日体操

時間 10:30~12:00

ところ 湖山西地区公民館 大会議室

内容 13日 保健師さんの日 母子手帳をお持ちください



27日 ハロウィンイベント

おばけに色を塗ったり、仮装をしてフォトブースで写真を撮ろう♪

おたまじやくしの会の絵本のおよみきかせ

## 湖山西川柳ポスト

九月「足」 山本 仁 選

人 コロナ開け美酒に誘われちどり足  
地 焦るレジ一円足りず方札を  
天 終活の古い手紙に時間足らず  
子どももの部

人 夏休み満足いくまで睡眠を  
地 ほそい足太い足でもさべつしな  
天 決めた道自分の足で歩くだけ  
十月のお題 「福」

毎月十八日に締め切ります。  
天と天子の方には、粗品(図書カード)を贈呈させていただきます。公民館までお越しください。

### 【応募方法】

公民館に設置したポスト、メール、FAXから投句いただけます。以下の項目を必ずご記入ください。

- ・氏名・雅号(ニックネーム)・住所・区分(一般・小中\_学年)
- ・投句 新作二句までご記入ください

### 山本さんのワンポイントアドバイス

今月は秀句揃いで選が大変でした。児童の皆さん五・七・五でなかなか良い句が出来ています。もう少し頑張ってください♪

多くが報告句になっています。「穿ち」「おかしみ」「軽み」三要素です。が、こだわることなく「面白い事」「楽しい事」「馬鹿馬鹿しい事」を詠んでみましょう。

観者の句 「初寒早らず無に流し、アヒンシユクを」



公民館 HP



フェイスブック



インスタグラム

主催：湖山西地区健康づくり推進員協議会

## 健康ウォーキング 360度超展望の地に再挑戦!

日程 11月11日(土) 9:15~14:00

### ～ 行程表 ～

9:15 公民館集合 少雨決行  
9:30 バスにて公民館を出発  
9:40 道の駅白兎着(ウォーキング開始!) - 白兎展望台  
(湖岐ノ島)(旧9国道) - 小沢見海岸 - 11:00大崎城跡着  
- 11:40まで昼食 - 12:00天満宮 - 13:00小沢見バス停着  
- 13:20路線バスにて出発 - 13:30大寺屋バス停着  
公民館にて解散

歩行距離約4km! 「海城」とよばれる大崎城跡(標高94m)からの絶景を眺めましょう☆

参加費 バス帰路 340円

昼食弁当 300円

合計 640円

定員 30名(定員になり次第締切り)

持ち物 帽子、タオル、飲み物

※歩きやすい服装、靴でお越しください

申込み 公民館までお申し込みください



## 8・9月に行った事業の紹介

### けん玉教室

外国のかたも初挑戦! コツをつかんでレベルアップ!



### スマホを使いこなそう①

無料通話や通信料のことなどの知識をまなびました



### 粘土でミニチュア動物をつくろう

ワクワクまつりに展示します! 動物たちに会いにきてください!



### ミニチュアガーデンづくり

お花を飾って華やかに☆ ワクワクまつりでご覧ください!



### わんぱくクラブ保育士さんの日

保育士さんとおかあさんと遊んでみんな笑顔になりました!



### 夏の巡回パトロール・あいさつ運動

7・8月は夕方のパトロール(延べ25人)と夜のパトロール(延べ33人)、9月はあいさつ運動(現在継続中、延べ40人)にご協力いただきありがとうございます。地域の安全を地域のみなさんでこれからも守っていきましょう。

