

11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
 TEL31-3581 FAX31-3582
 令和5年11月25日発行

湖山西あいさつ標語: あいさつは ころろつなげる 第一歩

スマホを使いこなそう③

前回に引き続きLINEについて学びます

日時 11月20日(月) 14:00~15:00

ところ 湖山西地区公民館 大会議室

講師 公民館職員

参加費 無料 持ち物 筆記用具

申込み 公民館までお申込みください



血巡り改善と睡眠習慣

寒くなる冬に備えませんか?

内容 ・血液循環のこと

・よく眠るための色々な入浴方法

・蒸気温熱のお話 ※蒸気温熱体験あり♪

粗品プレゼント♪



日時 11月21日(火) 13:00~14:00

ところ 湖山西地区公民館 大会議室

講師 花王グループカスタマーマーケティング株式会社

新光代さん、松井 南美緒さん、柘野 智昭さん

参加費 無料

定員 30人(定員になり次第締め切り)

申込期限 11月14日(火)までに公民館にお申し込みください

雨天決行! 湖山西グラウンドゴルフ大会

最高の芝のコンディションでプレーを楽しみましょう!

対象 湖山西地区のかた、どなたでもご参加いただけます

日時 11月24日(金)

8:30~スタート

※現地集合、現地解散です

ところ 白兔グラウンドゴルフ場

定員 50人(定員になり次第締め切り)

参加費 無料

申込期限 11月17日(金)までに公民館にお申し込みください



小学生の親子対象!

親子料理教室

親子で魚のさばき方を教わります☆

日時 11月25日(土) 10:00~13:00

※お料理を食べてから帰ります

ところ 湖山西地区公民館 調理室

講師 鳥取市食育アドバイザー

加藤 拓男 さん

参加費 大人 1人500円

子ども 1人300円

定員 親子8組(定員になり次第締め切り)

持ち物 エプロン、手拭き

申込期限 11月20日(月)までに公民館までお申込みください



わんぱくクラブ

3歳未満児さんを中心としたクラブです。地域ボランティアさんがまっています♪

時間 10:30~12:00

内容 10日 プチ運動会 (湖山西地区体育館)

体育館で親子で体を動かして楽しみましょう!

だっこの赤ちゃんも大歓迎です☆

※ 公民館にお申込みください♪



24日 おたまじゃくしの会の絵本のよみきかせ

(湖山西地区公民館 大会議室)

読み聞かせは11:00開始です☆

公民館活動展のご案内

鳥取市には62の地区公民館があります。そこで行われている活動や、まちづくり事業が一挙に展示されます。湖山西地区以外の取り組みも、この機会にぜひご覧ください。

日時 11月28日(火)~30日(木)

9:00~17:00

ところ 鳥取市役所 市民交流棟 2階 多目的室1

11月行事予定

日	曜	行事	教室
1	水	認知症サポーター養成講座 食事サービス 体育館調整会議	美骨ストレッチ
2	木	やってみよう!でー (湖山池北岸花植え)	ソフトバレー、ハマナス しゃんしゃん体操、ヨガ
3	金	文化の日 移動図書館巡回日	
4	土		お花、韓国語(初級)
5	日	地区自主防災訓練	
6	月	民児協定例会 秋の大山、工場見学のバス旅行	からだ元気塾、フラダンス
7	火		民踊、フラダンス
8	水		美骨ストレッチ、コーラス 水墨画、子どもお茶
9	木		ハマナス、ヨガ、ソフトバレー
10	金		わんぱく、ピラティス、社交ダンス 男の料理、楽踊会 チューブエクササイズ
11	土	健康ウォーキング 卓球・バスケット(町内)	お茶(立礼)、韓国語(初級) 3B体操
12	日	砂丘・学園前団地小地域懇談会	
13	月		からだ元気塾、パソコン フラダンス
14	火		パッチワーク、フラダンス
15	水	食事サービス	美骨ストレッチ、子どもお茶
16	木		しゃんしゃん体操、ハマナス ソフトバレー、ヨガ
17	金	移動図書館巡回日	お茶(立礼:初)、楽踊会 社交ダンス
18	土		お花、韓国語(初級)
19	日	ゆうゆう倶楽部 バドミントン(町内)	カラオケ同好会
20	月	スマホを使いこなそう③	からだ元気塾、写真
21	火	血巡り改善と睡眠習慣	民踊、切り絵、3B体操
22	水		美骨ストレッチ、コーラス 水墨画、カラオケ
23	木	勤労感謝の日	ステップ運動、ヨガ
24	金	湖山西グラウンドゴルフ大会	わんぱく、ピラティス、楽踊会 お茶(立礼:初)社交ダンス
25	土	☎親子料理教室	韓国語(初級)
26	日		
27	月		からだ元気塾、フラダンス
28	火		パッチワーク、3B体操 フラダンス
29	水		美骨ストレッチ
30	木		ステップ運動、ハマナス、ヨガ

※パソコン教室は、11月より第2月曜日13:00~15:00に変更になりました。

※カラオケ教室は、今後は日時の変更があります。詳しくは公民館にお問い合わせください。

市民体育祭で3位に入賞!

今年度の市民体育祭は4年ぶりに全13種目で開催され、10月8日の陸上競技で閉幕しました。湖山西は昨年に引き続いて総合成績で3位に入賞しました!約6カ月間にわたってそれぞれの競技に参加された選手のみなさんに改めてお礼申し上げます。主な成績は次のとおりです。

優勝 男子バレーボール、女子バレーボール、水泳
2位 ペタンク **3位** ゲートボール

地区の体育行事も以下のとおり開催されます。スポーツの秋を満喫しましょう!

11月12日 卓球・バスケット 11月19日 バドミントン



e-スポーツ体験会

リズムに合わせて楽しみました♪



9・10月に行った事業の紹介

グラウンドゴルフ大会

芝生が綺麗で最高!



湖山池北岸環境美化活動

植えた花をみにきてくださいね♪



湖山西川柳ポスト

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)を呈呈させていただきます。公民館までお越しください。



天 財布軽 七福神は留守かいな さち
 地 変顔は顔の筋トレ 福笑い みかりん
 人 いつの間に幸福切符色あせて あずき

十月「福」山本仁選

《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

今月は子ども達に元気がなかったようです。「福」は少し難しかったでしょうか?タンカワさん、幸福の理由を詠んでみてください。例えば家族、友人、もしかしてお金?神様のいない状況は、さちさんの下句「留守かいな」を借用して「神は留守でも一家団欒幸福だ」としてはどうでしょうか?

一般の部はとても秀作揃いでした。今年もあと2ヶ月、福に今年も見放されないように。「厄払い何度やっても福は来ず」選者

オープニング
セシモニー♪



花苗販売



健康づくり推進員協議会



食育推進員会



お灸体験



ものづくりコーナー



火災臨場VR体験



防災ゲーム



ステージ発表

第11回湖山西ワクワクまつり♪

第11回湖山西ワクワクまつりを終えて思うこと

湖山西まちづくり協議会
 会長 山本 慶治郎

第1日目は、雨風が強く気温も低かったです。コロナ禍も緩和しているので、意気込んでいただけに、出鼻をくじかれたような感がありましたが、2日目は秋晴れになり気分が救われました。

今回は、飲食を提供することになり、初めてキッチンカーでの販売を行いました。また、ポップコーンや綿菓子を子どもたちには無料で提供しました。餅つきも行われ、餅好きの私は、きなこ餅を美味しくいただきました。体育館では、力作ぞろいの作品を多くの方に鑑賞していただきました。ステージ発表で、操り人形による麒麟獅子舞があり、意外と新鮮で良かったです。人形を操っている方のトークが面白くて、楽しませていただきました。

最後に、おたのしみ抽選会が行われ、豪華な賞品が当たるか、抽選箱から抽選券が引かれるたびに歓声が起こっていました。

2日間に亘り多くの方にご来場いただきましたことに感謝申し上げます。

来年は、みなさまにより一層楽しんでいただけるように、いろいろと企画を考えていきたいと思っております。そして、晴天に恵まれますように!!

作品展示



こどもコーナー



食料品販売



わたがし



キッチンカー



ポップコーン



Nゲージ運転体験



抽選会

