

4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6年3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

ありがとうございました

前湖山西地区公民館長 坂本 雄司

本年3月をもちまして公民館長を退任いたしました。在任中は初めての公民館事務に戸惑う私に、地域の皆様から優しく声を掛けていただくなど、温かくも時に厳しく多くのご指導とご協力を受け賜りましたこと、心より感謝申し上げます。

この中で特に強く実感したのは、子ども達は地域の宝だということです。今後も世代間の交流を深め、豊かな人間関係を形成する場として、公民館が精一杯笑顔に包まれることを期待します。

末筆ですが、皆様のご厚情を感謝申し上げますとともに、皆様のご健勝を心からお祈り申し上げます。誠にありがとうございました。



～ 人事異動のご挨拶 ～

この度、4月の人事異動で面影地区公民館に異動することになりました。3年間という短い期間でしたが、様々なことを経験させていただき、誠にありがとうございました。ここでの経験を活かして、次の場所でもがんばりたいと思います。本当にありがとうございました。

主任 土手口 哲士

3B体操 無料体験会

運動が苦手な方、お久しぶりの方でも大丈夫！音楽に合わせて楽しく体を動かし、フレイル予防、健康長寿を目指しましょう！

日時 4月10日・24日(水) 14:00~15:10

ところ 湖山西地区公民館 小会議室

講師 (公社)日本3B体操協会公認指導者
 竹本 万寿子 さん

定員 16人

持ち物 運動しやすい服装と水分

申込み 公民館までご連絡ください



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いますので初めてのカタも大歓迎！

時間 10:30~12:00

ところ 湖山西地区公民館 大会議室

内容 12日(金) はじめましての会
 ティータイムをします♪

26日(金) こどもの日の集い

工作をします☆

おたまじゃくしの会のよみきかせ

読み聞かせは11:00から開始しま



小学生対象☆ やってみよう!でー

湖山西にこここファームで玉ねぎ収穫体験をしてから、鳥取砂丘コナン空港で飛行機の着陸見学。公民館に帰り、玉ねぎ料理を作りましょう!

日時 5月1日(水) 9:00~12:30

集合 9:00 湖山西地区公民館 ロビー

9:10 出発

定員 16人 参加費 100円

締め切り 4月15日(月)

持ち物 エプロン、マスク、手拭き

申込み 公民館までご連絡ください

詳しくはチラシとFacebookをみてね☆



湖山西教室 ウクレレ教室(初級) はじまります!

音色も形もコロんとかわいいウクレレを弾いてみませんか?

初めてのカタ大歓迎♪いろいろな曲を楽しみましょう☆

日時 毎月 第1・3(木) 19:15~20:30

ところ 湖山西地区公民館 研修室

講師 池田 満美子 さん

参加費 1回 1,000円

申込み 公民館までご連絡ください

ウクレレをお持ちでない方はご相談ください♪



令和6年度公民館職員のご紹介

4月からの職員は以下のとおりです

館長 木下 俊児 主任 安養寺智広

主事 田中 眞子(醇風地区公民館より異動)

木村 美緒

新任館長、主事のご挨拶は5月号に掲載します

よろしくお願いいたします

4月行事予定

日	曜	行事	教室
1	月	体育館調整会議 民児協定例会	からだ元気塾、フラダンス
2	火		フラダンス
3	水	食事サービス	美骨ストレッチ、子どもお茶
4	木		ハマナス、カラオケ、ヨガ ウクレレ、しゃんしゃん体操 ソフトバレー
5	金	移動図書館巡回日	楽踊会、社交ダンス お茶(立礼:初)
6	土		韓国語(初心者)、3B体操 お花、お茶(立礼)
7	日		
8	月		からだ元気塾、フラダンス
9	火		民踊、パッチワーク、フラダンス
10	水		美骨ストレッチ、コーラス、水墨画
11	木		ステップ運動、ハマナス、ヨガ ソフトバレー
12	金		わんぱく、ピラティス、社交ダンス 楽踊会、チューブエクササイズ
13	土		韓国語(初心者)
14	日		
15	月		からだ元気塾、フラダンス、写真
16	火		切り絵、フラダンス、3B体操
17	水	食事サービス	美骨ストレッチ、子どもお茶
18	木		ステップ運動、ハマナス しゃんしゃん体操、ヨガ ウクレレ、ソフトバレー
19	金	移動図書館巡回日	男の料理、楽踊会 お茶(立礼:初)、社交ダンス
20	土	春分の日 自治会・まち協・社協総会 各部会議	けん玉、お花、韓国語(初心者) カラオケ
21	日		カラオケ同好会
22	月		からだ元気塾、フラダンス
23	火		民踊、パッチワーク、3B体操 フラダンス
24	水		美骨ストレッチ、コーラス、水墨画
25	木		ステップ運動、ハマナス、ヨガ ソフトバレー
26	金		わんぱく、ピラティス、社交ダンス 楽踊会
27	土		韓国語
28	日		
29	月	昭和の日	
30	火	民児協定例会(5月分)	フラダンス



ホームページ



Facebook



Instagram

湖山西川柳ポスト

三月「別れ」 山本 仁選

人 白髪増え さらば物欲 断捨離す
地 背中押し 決別せまる 強い風 みかりん
天 こんにちは 思い出せぬまま さようなら おはぎ

子どもの部

人 三月の 三年生に サンキューを
地 帰るとき なきながら言う「ありがとう」 支援学校 真知生
天 4月から キミとお別れ ランドセル 心春
小六 ユキ

四月のお題 「飛ぶ」

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)を謹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

今月は支援学校の皆様に多く投句いただきました。「別れ」は素直な気持ちでは悲しい・涙。文字で表せばさようなら・旅立ち・卒業式があり、楽しく頭を悩ませてくれました。来月は「飛ぶ」です。跳ぶ、翔ぶ、要は fry, jump なんでも OK です！沢山の投句をお待ちしています！

2・3月に行った事業の紹介



湖陵高校でみそづくり☆

今回も湖陵高校の加工室でみその仕込みを行いました。男性のかたのご参加で、作業がはかどりました！出来上がりは夏過ぎです。お楽しみに♪

また来てね！わんぱくクラブ

3月22日(金)は卒クラブでした。お仕事復帰されるお母さん、これからは息抜きや地域のかたとの交流をしに公民館に遊びにきてください🍷



令和6年度 湖山西まちづくり協議会 湖山西教室 生徒募集のご案内

お問い合わせ
湖山西地区公民館：31-3581

湖山西地区では、生涯学習と仲間づくりを支援するため、今年度も下記の教室を開設いたします。期間は4月からの1年間です。教室にはいつでも、どなたでも入会できます。随時、各教室の様子を見学できますので、ご興味のある方はいちど公民館にお問い合わせいただき、内容などをご確認ください。皆さまの受講をお待ちしております。

曜日	教室名	講師	会費	開催週	時間	内容
月	からだ元気塾	さんびる	1回500円	毎週	10:00～11:00	先生とみんなで楽しく体を動かしています。一緒に体操しませんか？
	写真	岩崎 義幸	1回500円	第3	13:30～15:00	楽しく写真を撮り、活動しています。
	フラダンス	佐々木貴子	1回1,000円	月3回	①14:30～15:45 ②16:15～17:30 ③19:15～20:30	体験(1回)を無料で行っていきます。お子様連れのお母様もお気軽にお越しください♪
火	民謡	水戸口笑子	月1,000円	第1・3	10:00～12:00	全国の民謡を踊っています。心も体もすっきりしますよ。お気軽にお越しください。
	パッチワーク	大原 朋子	1回500円	第2・4	13:30～15:30	小ぎして小物づくり。夢づくり。チクチクぬいながら楽しいひとときを過ごしましょう。
	3B体操	前田 泰子	初回登録料1,000円 1回500円	基本は第3・4(火) 第2(土)	14:00～15:30	どなたでも出来る体操です。まずは体験からどうぞ。開催週の変更がある場合がありますので、公民館にお問い合わせください。
	切り絵	紙原 四郎	1回800円(材料費込み)	第3	13:30～15:30	カッターナイフで紙を切り、素敵な作品を作りましょう。
	フラダンス	佐々木貴子	1回1,000円	月3回	19:15～20:30	体験(1回)を無料で行っていきます。ハワイアンに合わせた楽しく身体を動かしましょう。
水	美骨ストレッチ	Fitness Ja-hんぐる	回数券制 3,000円×5回	毎週	①9:30～10:15 ②10:45～11:30	肩甲骨・股関節を中心にしっかりと全身を動かします。動きながらのストレッチエクササイズです。
	コーラス	邨上 美子	月1,000円	第2・4	13:30～14:30	様々なジャンルに挑戦しながらみんなで楽しく活動中です♪一緒に楽しく歌いましょう♪
	水墨画	長砂 稲令	月1,000円	第2・4	13:30～15:30	初心者大歓迎♪楽しく絵を描いてみましょう♪
	子どもお茶	東田 宗真	1回500円	第1・3	15:00～17:00	挨拶の仕方、扇子の使い方、畳の歩き方など日常生活では体験できないことを学びながら、お茶を楽しんでいます♪
木	ステップ運動	小松 徹	1回500円	毎週	10:00～11:15	足腰を鍛えるのに最適ですよ♪全身を鍛える運動もやっています。一緒に楽しみましょう！
	しゃんしゃん体操	健康づくり推進員	無料	第1・3	13:30～15:00	和気あいあいと楽しく踊っています！音楽に合わせて体を動かして来ませんか？
	ハマナス	鳥取流ながしびな 真向法	1回1,000円	毎週	13:30～15:00	男性、もしくはご夫婦でご参加いただけます。シンプルエクササイズでアンチエイジングしましょう♪
	ソフトバレー		月300円	毎週	19:30～21:00	湖山西体育館で楽しく活動中です。興味のあるかたは、ぜひ体験にお越しください。
	ヨガ	鹿島 啓子		毎週	19:30～21:00	体験(1回)を無料で行っていきます。夜寝る前に体を整えましょう♪
	ウクレレ(初級)	池田満美子	1回1,000円	第1・3	19:15～20:30	初めてのかた大歓迎♪楽しくウクレレを弾きましょう♪
	カラオケ	山崎八千子	1回800円	第1(木) 第3(土)	13:30～15:30	公民館活動を通して、地域に貢献した活動を行っています。
金	社交ダンス	竹森 幹人	月3,000円	毎週	13:00～15:00	簡単なステップですので、ぜひお越しください。
	楽踊会	宮崎 恵子	月500円	毎週	13:30～15:00	県内の踊りや季節の踊りを楽しく学びましょう♪
	ピラティス	田中真奈美	1回1,000円	第2・4	10:00～11:30	心と体のバランスを整えながら健康的に美しくなります。お気軽にお越しください。
	お茶(立礼:初)	東田 宗真	1回1,000円(別途茶菓代あり)	第2・3	14:00～16:00	正座をしなくても茶道の心を学べます。基本作法と一緒に学びませんか？
	男の料理			第2	10:00～13:00	詳細は公民館までお問い合わせください。
土	チューブエクササイズ	小林 良明	1回500円	第2	19:30～20:30	体験は無料です。お気軽にお越しください。
	韓国語(初級)	星山 慶子	1回500円	毎週	10:00～11:00	一緒に韓国語を楽しく学びましょう♪
	お花	小谷加代子	1回500円 別途花代900円	第1・3	10:00～12:00	季節のお花を楽しみませんか？
	お茶(立礼)	東田 宗真	1回1,000円(別途茶菓代あり)	第2	10:00～12:00	テーブル席なので、正座をしなくても茶道の心を学べます。ぜひ、一緒に学びませんか？
日	けん玉	高橋 勇	無料	不定期	9:00～12:00	子ども大人もけん玉と一緒に楽しく学べます。検定もやっています！ぜひチャレンジしてください♪
	カラオケ同好会			第3	18:00～20:30	事前に公民館にお問い合わせください。