



8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7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

AED講習 & 保健師さんによる骨密度測定

暑い日にはいつも以上に心臓に負担がかかります。急なことで慌てずに対処する方法を身につけましょう!そして、気になる骨密度測定やストレスチェックも行いますよ♪ぜひご参加ください☆

日時 8月26日(月) 10:00~12:00

場所 湖山西地区公民館 大・小会議室

講師 AED講習

鳥取市消防団女性分団のみなさん
体調チェック

鳥取市保健所 川上 真子 さん

持ち物 飲み物、タオル

参加費 無料

申込み 公民館までお申込みください



定員12名 韓国料理をつくろう

韓国グルメをつくります♪途中で韓国に関するお話もしていただきます。韓国料理を食べてまだまだ暑い夏を乗り切りましょう!

日時 9月6日(金) 10:00~13:00

場所 湖山西地区公民館 調理室

メニュー
キンパ、スンドゥブ(唐辛子粉なし)
トングランテン(チヂミの一種)

講師 鳥取市国際交流員

李 在漢 さん



参加費 500円

定員 12名(定員になり次第締め切り)

持ち物 エプロン、手ふき、マスク

申込み 8月5日(月)より開始 公民館までお申込みください

締め切り 8月28日(水)

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。笑顔が素敵な地域のボランティアさんがお待ちしています♪

日時 8月9日(金)・23日(金)

10:30~12:00

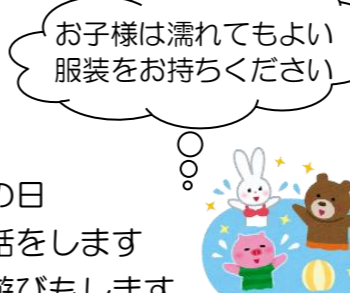
場所 湖山西地区公民館

内容 9日(金) 歯科衛生士さんの日

歯についてのお話をします

時間があれば水遊びもします

23日(金) 水遊び



定員16名

お待たせしました!

ウィンナーづくり

色々な種類のソーセージづくりが楽しめます♪

日時 8月30日(金) 10:00~12:00

ところ 湖山西地区公民館 調理室

講師 手作りハム工房 つくしんぼ

平口正則さん、平口靖恵さん

参加費 1,000円

定員 16名(定員になり次第締め切り)

持ち物 エプロン、手ふき、マスク

申込み 8月5日(月)より開始 公民館までお申し込みください

締め切り 8月21日(水)



おもちゃの寄付のお願い

ご家庭で不要になった、0~3歳向きの使わないおもちゃはありませんか?公民館窓口までお持ちください。

募集期間は8月30日まで。

※積み木、ぬいぐるみ、手のひらサイズのボールは公民館にも沢山あります。音が出るおもちゃなどがうれしいです。

☆☆☆☆☆☆☆☆ ~ 体育会よりお知らせ ~ ☆☆☆☆☆☆☆☆

5月のバスケットボール、軟式野球の予選を皮切りに、鳥取市の市民体育祭が始まっています!今年は上記のほか、卓球、ゲートボール、グラウンド・ゴルフ、ソフトテニス、バドミントン、水泳、弓道、女子バレーボール、男子バレーボール、ペタンクと12競技で争われます。7月までに予選しか終わっていない競技も含めて全競技が実施され、湖山西もすべての競技に参加し、女子バレーが昨年に続いて優勝するなど現在Aグループで暫定6位と各競技で奮闘しています。体育会への熱い声援をよろしくお願いいたします!



8月行事予定

日	曜	行事	教室
1	木	体育館調整会議 ペン立てづくり	ステップ運動、ハマナス、カラオケ ヨガ、ウクレレ、ソフトバレー 子どもお茶(郊外交流)
2	金	書道教室 移動図書館巡回日	社交ダンス、楽踊会
3	土		
4	日		
5	月	寺子屋宿題おたすけ隊 民児協定例会	からだ元気塾、フラダンス
6	火		民踊、3B体操、フラダンス
7	水	寺子屋宿題おたすけ隊	美骨ストレッチ、コーラス
8	木	びっくりカレーづくり	ステップ運動、ハマナス、ヨガ しゃんしゃん体操、ソフトバレー
9	金	寺子屋宿題おたすけ隊	わんぱく、ピラティス、社交ダンス お茶(立礼:初)、楽踊会 チューブエクササイズ、男の料理
10	土	町内会(区)長会	お茶(立礼)、韓国語
11	日	山の日	
12	月	振替休日 全館休館日	
13	火		
14	水	13日~15日事務室閉室	
15	木		
16	金	移動図書館巡回日	
17	土		韓国語、3B体操 カラオケ
18	日	ゆうゆう倶楽部	カラオケ同好会
19	月	結梨のみなさんと料理を しよう!	からだ元気塾、写真、フラダンス
20	火		民踊、切り絵、フラダンス
21	水		美骨ストレッチ、水墨画、3B体操 子どもお茶
22	木		ステップ運動、ハマナス、ヨガ しゃんしゃん体操、ソフトバレー
23	金		わんぱく、ピラティス、楽踊会 お茶(立礼:初) 社交ダンス
24	土		けん玉、お茶(立礼)、韓国語
25	日		
26	月	AED講習と骨密度測定	からだ元気塾、フラダンス
27	火		フラダンス、3B体操
28	水		美骨ストレッチ、コーラス、水墨画
29	木		ステップ運動、ハマナス、ヨガ ウクレレ、ソフトバレー
30	金	ウィンナーづくり	社交ダンス
31	土		韓国語

7月23日(火)から夏休み巡回パトロール(夕方・夜間)が始まっています。ご協力お願いいたします。

湖山西川柳ポスト

七月「暑い」 山本 仁選

人 クラス会 熱き想いを ひた隠し あずき
 地 暑くなり 冷える懐 光熱費 ゆきまる
 天 四季消えて 暑さ寒さが 入り乱れ ともすけ
 子どもの部

人 夏休み 外はきつとね 暑いだろ りす
 地 みんなとね 楽しいおもいで 暑い夏 くみ
 天 あついけど げんきのしるし あせかくの ここ

八月のお題 「泳ぐ」

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

沢山の投句、ありがとうございました。一般の部、素晴らしい句が多く頭を悩ませてくれました。

全部入選であり、天位地位人位を決めたのも心苦しくて、何度も考え直させられました。レベルの高い7月となりました。

湖山西川柳ポスト開設に尽力され「うぶみ川柳会」(数年前に解散)の代表を長らく勤められた上田宣子さんがご逝去されました。この場を借り、謹んでお悔やみ申し上げます。師であり多くの優れた句を残されています。添削をすることを潔しとせず「それぞれ個性があるから」というかたでした。その彼女に、一度だけ直されたことがありました。

「霞」題 熱く語った 宣子逝く 選者
 向こうへ行ったら聞いてみたいと思います。合掌。



公民館 HP



Facebook



Instagram

6・7月に行った事業の紹介

「健康ウォーキング」で森林浴



せせらぎに涼を感じます



大迫力の風車の前で

工夫が大事 「創作料理」



ひと手間加えてさらにおいしくいただきます!

笹の葉さらさら～☆わんぱくクラブ



七夕飾りづくりとプール遊び☆

変化する湖山地の姿をご覧ください 「湖山地写真展」



かわいらしいお客さんの姿も♡

災害時、すぐに助けは来ないかも… 「防災講演会」



被災地の映像が多数 グループワークで多くの意見が上がりました

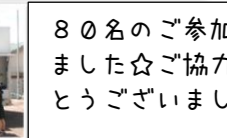
お仕事体験☆「ワクワク湖東」



地域のかたと楽しく交流しました☆

湖東中学校の2年生が公民館のお仕事体験をしました。3日間でしたが、料理教室・パソコンでの案内表示作り・たよりの仕分け作業など多岐にわたる公民館のお仕事を手際よく進めていました♪

自分にできることは?西っ子の集い 「防災フェスタ」



80名のご参加がありました☆ご協力ありがとうございました!

学びがたくさん♪「食育伝達講習会」

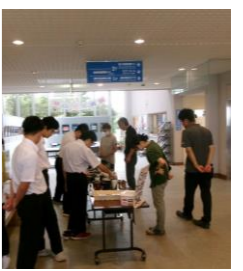


バッククッキングに挑戦!



人参を沢山つかいます♪

鳥取大学附属特別支援高等部本科 「ものづくり班販売会」



どれも素敵な作品ばかり!

湖山西ミニバス男子 全関西ミニバスケットボール 交歓大会出場決定!

日時 8月10、11、12日
 場所 広島グリーンアリーナ
 みんなで応援しましょう☆

