

2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/](http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/nisi-1/)
 メール: cc-koyamanishi@it.city.tottori.tottori.jp
 TEL 31-3581 FAX 31-3582
 令和8年1月23日発行
 湖山西あいさつ標語: あいさつは こころつなげる 第一步

とってもおいしい！みそづくり

湖陵高校のみそづくり実習に参加します☆

※2日間とも参加出来るかたのみ、公民館にお申込みください

日 時 第2弾 2月17日(火)、2月20日(金)

12:45 湖陵高等学校作業場集合
 15:00 終了

参加費 800円 (1人4kg)

持ち物 カッポウ着、きれいな長靴、マスク、手ふき
 消毒済みのみそを入れるもの(2日目にご準備下さい)

申込み 公民館までお申込みください

定員 10名
 ※定員になり次第締切



定員16名 バレンタインスイーツづくり

パイ生地にチョコレートなどをかわいくトッピングします♡

対象 小学生

日 時 2月14日(土) 9:30~11:30

ところ 湖山西地区公民館 調理室

参加費 100円

持ち物 エプロン、マスク、手ふき

申込み 2月2日(月)まで

※定員になり次第締切

公民館までお申し込みください



わんぱくクラブ



3歳未満児を中心としたクラブです。寒い日は公民館で元気に過ごしましょう！地域ボランティアさんもお待ちしています♪

時 間 10:30~12:00 湖山西地区公民館 大会議室

内 容 2月27日(金)

ひなまつり ひなあられ風ポップコーンづくり

ご予約は公民館まで

おたまじゅくしの会のよみきかせ (11:30開始)

春の訪れをかんじましょ 和菓子づくり

定員
16名

桜もちなど季節の和菓子を4種類作ります

日 時 3月6日(金) 9:30~11:00

場 所 湖山西地区公民館 調理室

講 師 京屋菓舗 中山 義誠 さん

参加費 800円

持ち物 エプロン、マスク、手ふき、持ち帰り用のタッパー

申込期間 2月2日(月)~2月25日(水) ※定員になり次第締切り

申込み 公民館までお申込みください



「空の駅女子会」会員募集中！



「空の駅女子会」では、主に鳥取コナン空港に国際線で来られた方たちの歓迎をする活動をしています。その他には、空港でのイベント(年4回程度)、小学校・公民館の行事で子ども向けの工作をお手伝いしています。企画や工作が好きなかた、一緒に楽しく活動しませんか？ご質問・ご興味のある方は公民館にご連絡ください。お待ちしています！



鳥取大学附属特別支援学校高等部専攻科 地域交流イベント

ほっこり交流(3月に予定)

日頃お世話になっている湖山西地区のかたに感謝の気持ちを込めて、ニュースポーツや手作りお菓子を楽しめるカフェの時間を高等部の生徒さんが企画しています。詳細は3月の湖山西たよりでお知らせいたします！地域のかたの沢山のご参加お待ちしています♪



多くの絵本と文房具が集まりました



鳥大附属特別支援学校中等部の
 絵本回収にご協力いただきありがとうございました。プラスチックの文
 房具につきましては引き続き回収いたしますので、ご協力よろしくお
 願い致します。

2月行事予定

日	曜	行 事	教 室
1	日	体育館調整会議	
2	月	民児協定例会	からだ元気塾、フラダンス
3	火	企画調整委員会	民踊、フラダンス
4	水	食事サービス	美骨ストレッチ、コーラス 健康マージャン、子どもお茶
5	木		ステップ運動、ハマナス しゃんしゃん体操、カラオケ ヨガ、ウクレレ ソフトバー
6	金	移動図書館巡回日	楽踊会
7	土		韓国語(初級)
8	日		
9	月		からだ元気塾、フラダンス
10	火		パッチワーク、フラダンス
11	水	建国記念の日	
12	木		ステップ運動、ハマナス ヨガ、ソフトバー
13	金		ピラティス、男の料理 楽踊会、お茶(立礼:初) チューブエクササイズ
14	土	バレンタインスイーツづくり 町内会(区)長会	3B体操、韓国語(初級) お茶(立礼)
15	日	大寺屋町内会小地域懇談会 ゆうゆう俱楽部	カラオケ同好会
16	月		からだ元気塾、フラダンス 写真
17	火	みそづくり第2弾①	民踊、切り絵、3B体操 フラダンス
18	水	食事サービス	美骨ストレッチ、水墨画 3B体操(竹本)、子どもお茶 健康マージャン
19	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、ソフトバー
20	金	みそづくり第2弾②	
21	土		韓国語(初級)、お茶(立礼) カラオケ
22	日		お茶(立礼)
23	月	天皇誕生日	
24	火		パッチワーク、3B体操
25	水		美骨ストレッチ、コーラス 3B体操(竹本)、水墨画 イングリッシュクラブ
26	木		ステップ運動、ハマナス ヨガ、ソフトバー
27	金		わんぱくクラブ 楽踊会、お茶(立礼:初)
28	土		韓国語(初級)、お茶(立礼)

※冬季は天候により行事日程が変更になる場合があります。ご了承ください。



湖山西川柳ポスト

二月のお題 「溶ける」

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。

毎月十八日に締め切ります。

天 人 地 人 地 人 地 人
卒業後 見てみたい 詰め放題 神様が 笑い苦戦す 絵馬の数
輝くぼくの 跳び箱二十段 真逆の夫と うまが合う
走馬灯 おさきさん とぶ馬を ゆきまる
なつくん なつくん
ポニータ あまね

月 午 (馬) 山本 仁選
子どもの部

《応募方法》

公民館に設置したポスト、メール、FAXから投函いただけます。
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)
- ・投函 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

明けましてお目出とうございます。今年も川柳ポストよろしくお願い致します。

今年の干支午(うま)、平井知事も「ウマく乗り切ろう」と仰ってました。おさきさん、今年こそじゃなく今年もがいいですね。なつくんさん、二十段どれくらいの高さなんだろう。飛べますかねえ。ポニータさん、きっと楽しい学生生活なんですね。さちさん、正反対だからこそウマく行ってるんでしょうか。ゆきまるさん凄い力です。「火事場以上の」としてもいいですね。あまねさん、中七が素晴らしい表現で神様も怒りたい時もあるでしょう。膨大な数、笑ってばかりではあとが大変。

屠蘇(とそ)に変え ホワイトホースで 洒落てみる 選者
おあとがよろしいようで。

閲覧に使用しているアプリのバージョンが古いと閲覧できない可能性があります。アップデートをしてご覧ください。



FOLLOW US
公民館 HP



フェイスブック



インスタグラム

12・1月に行った事業の紹介



館長サンタさんがやってきた! わんぱくクラフクリスマス会



世代間交流♪ ピザづくり & 新春遊び



湖山西教室の活動紹介



教室にご興味のあるかたは公民館までお問い合わせください。

フラダンス



毎週月曜日 ①14:30~15:45

②16:15~17:30

③19:15~20:30

毎週火曜日 19:15~20:30

- ✿ ウイワイ楽しい!
- ✿ ステップを覚えるのが最初は難しいですが優しく丁寧におしえてください。
- ✿ 何歳からでもOK!
- ✿ ゆっくり楽しく長く続けられるクラスです。
- ✿ 自分に会ったレッスン日と内容をれます。

美骨ストレッチ



毎週水曜日 ① 9:30~10:15

②10:45~11:30

- ✿ 退職後に始めました。ずっと続けています。
- ✿ 先生がとても明るくて、いつも元気をもらっています。
- ✿ みなさんと一緒に楽しくできているので続けられています。
- ✿ もともと運動が好きなので始めました。
- ✿ 健康維持にとても良いです。

健康マージャン



毎週水曜日 13:00~17:00

- ✿ ボケ防止になります。とっても楽しいです!
- ✿ 指の運動にとても良いです。
- ✿ 考える力がついて良いです。
- ✿ 始まるとみんなが真剣になります!
- ✿ 和気あいあいと、合間のおしゃべりが楽しいです♪

ウクレレ(初級)



第1・3木曜日 19:15~20:30

- ✿ 弾いたことがなくても大丈夫!
- ✿ 少しずつ上手になるので嬉しいです。
- ✿ いろいろな曲がてきて楽しいです。
- ✿ 歌も歌うのでストレス発散できます。
- ✿ 家や職場で弾いたりして楽しんでいます♪

ピラティス



毎週金曜日 10:00~11:30

- ✿ おしゃべりが楽しいです。
- ✿ 先生が素敵です♪
- ✿ 体調がよくなります。
- ✿ みなさんが笑顔なのが印象的。
- ✿ 無理なく続けられて心も体もスッキリします。

ステップ運動



毎週木曜日 10:00~11:15

- ✿ 先生の姿をみて自分も頑張らなきゃ!と思します。
- ✿ ハードですが足腰が鍛えられます。
- ✿ 全身がきたえられます。
- ✿ 汗をかいてリフレッシュできます!
- ✿ リズム感も身に付きます。

ハマナス



毎週木曜日 13:30~15:00

- ✿ 高齢になっても無理なくできます!
- ✿ 足の毛細血管の黒ずみがなくなりました。
- ✿ 猫背がなくなり姿勢がよくなりました。
- ✿ 無理なくできて気持ちがいいです。
- ✿ 和やかな雰囲気が良いので続けたいです。
- ✿ 全身リラックスできて、つまずくことがなくなりました。