

成器スポーツ大会 2026

- と き: 10月3日(土) 《雨天時体育館》
集合9:15 開始9:30
- ところ: 成器スポーツ広場
- ★ 集落の福祉健康体育部員、並びに自治会長の皆さまには、大変お世話になります。



殿ダムウォーキング大会 2026

- と き: 10月25日(日) 《少雨決行》
9:00~13:00
- ところ: 殿ダム記念広場
- ★ 募集人数: 700名
- ★ 参加費: 500円(保険料を含む)
- ★ 申込み: 10月19日(月)まで
- ★ コース: 約3.5km・約8km
- ※詳しくは成器地区公民館 HP、日本海新聞 9/10の折込チラシをご覧ください。
- ※昼食はキッチンカーをご利用ください。(有料)
- ※12:00から新米が当たる抽選会を行います。
- ※運営ボランティアを募集します。



第48回成器地区文化祭 いきいき成器ふれあい祭り作品展

- 開催期間
11月7日(土) 9:00~16:00 展示
11月8日(日) 9:00~15:00 イベント
〈健康相談会〉
- と き: 11月8日(日) 9:30~12:00
- ところ: 公民館 研修室
- ★ 内 容: 血圧測定、体脂肪測定など
- ※詳しくは全戸配布のチラシをご覧ください。

防災講習会

- と き: 11月7日(土) 10:00~12:00
- ところ: 成器地区体育館
- ★ 内 容: 10:00~11:00 防災ポーチ作り
講師 環境大学防災サークル「mu-TUES」
11:00~12:00 避難所開設訓練
講師 鳥取県自主防災活動アドバイザー
防災士 山田 義則さん
- 講習会終了後、プレイランドなどの懐かしい映像をお楽しみください。



10月行事予定

日	曜	行 事	グループ・サークル等
1	木	殿ダムウォーキング大会実行委員会	
2	金		移動図書館 健康マージャン
3	土	成器スポーツ大会 2026	
4	日		
5	月		
6	火		
7	水		因幡万葉太鼓
8	木		
9	金	人権視察研修	
10	土		
11	日		
12	月	スポーツの日	
13	火		
14	水		
15	木		
16	金		移動図書館 健康マージャン
17	土	殿ダムウォーキング大会草刈り	
18	日		
19	月	千の花アクセサリーづくり	ボウリング同好会
20	火		ドローン倶楽部
21	水		因幡万葉太鼓
22	木		
23	金		健康マージャン
24	土	殿ダムウォーキング大会前日準備	
25	日	殿ダムウォーキング大会 2026	
26	月		トールペイント
27	火		
28	水	eスポーツ体験会	
29	木		
30	金		生け花教室 健康マージャン
31	土		



人権視察研修&いきいき成器塾 ～大山口列車空襲～

- と き：10月9日（金）
集合 7:45 出発 8:00 帰着 17:00
- 集 合：成器地区公民館
- 行 先：大山町立大山公民館
- ★ 申込み：申込は終了しました
- ★ 行 程
公民館出発 ⇒ 大山口列車空襲被災者の会による研修
⇒ ピアホフガンバリウス（昼食）⇒ 神崎神社（見学）
⇒ 道の駅大栄（休憩）⇒ 公民館帰着



千の花アクセサリーづくり

- と き：10月19日（月）10:00～11:30
- と ころ：成器地区公民館 研修室
- ★ 持ち物：特になし
- ★ 参加費：800 円
- ★ 申込み：10月13日（火）までに公民館へ
- ★ 講 師：Glass works negy 石井博文さん
- ★ 内 容：ガラスのかわいい花のペンダントやストラップを作ります



eスポーツ体験会

- と き：10月28日（水）13:30～16:30
- と ころ：成器地区公民館 研修室
- ★ 申込み：10月23日（金）までに公民館へ
- ★ 内 容：ボウリング・バスケット・サッカー等
たくさんのご参加、お待ちしております。

10月の定例グラウンドゴルフは、お休みします。
11月は殿ダム記念広場で行います。
景品があります。お楽しみに！



成器歳時記 238

「これ 何だかわかる？珍しいよ～」と地域の方が公民館に持って来てくれました。

栗に似ていますが、
「^{とち}枳の実」です。

おいしい^{とちもち}枳餅
食べたいな～



お知らせ

- 鳥取市立図書館の移動図書館ふれあい号より、近隣で開催されるイベントのお知らせです。

11月8日（日）に旧美敷水源地水道施設で開催される「旧美敷水源地フェスティバル 2026」に移動図書館車ふれあい号も参加します。

乗馬体験や飲食ブースなどがあり、たのしいイベントです。青空の下で移動図書館の本をお読みいただけます。その場で貸出や返却もできます。はじめての方もお気軽にお立ち寄りください。

- ・と き：11月8日（日）10:00～15:30
- ・と ころ：旧美敷水源地水道施設
（駐車場あり）



■ 国府東ふれあい グラウンドゴルフ大会について

- ・と き：10月12日（月・祝）
8:30～12:00 （受付開始 8:15～）
- ・と ころ：国府東小学校グラウンド
※雨天時は体育館（室内グラウンドゴルフ）
- ・対 象：小学生から大人まで
- ・参加費：無料
- ・申込み：10月5日（月）までに公民館へ
詳しくは、チラシをご覧ください



～9月の公民館行事～

■ 食推料理講習会 9月17日（木）

成器地区と大茅地区合同の料理講習会を開催しました。食育推進員の方々に「ひと工夫でおいしく適塩しよう」をテーマに、かれいの唐揚げ、キャベツのマスタード蒸しなど、適塩のポイントを教えていただきながら作りました。「お野菜の甘味が引き出されて、薄味でもおいしい～」 「皆さんと料理ができて楽しかった」など話しながらおいしく適塩料理をいただきました。



1日の食塩摂取の目標量

男性 7.5g 未満

女性 6.5g 未満