

遷喬地区公民館だより10月号

第188号
 発行；遷喬地区公民館
 Tel27-8562
 Fax27-8566
 ホームページアドレス
<http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/senkyo-1>
 平成29年10月1日発行

人権館外研修（姫路市平和資料館ほか）



9月23日に地域の人、高齢協の方々と姫路市へ出かけました。平和資料館では、みなさん戦争当時の話をかなりされてました。食糧難、満蒙開拓団のことなど、話されていました。お昼は灘菊酒造の酒蔵にて昼食をいただきました。また、近くの好古園にも行きました。姫路城をちらちら見ながら、庭園を散策しました。みなさん、よく歩きました。心地いい疲労感でした。帰りのバス、車窓から見える彼岸花や、やまびき色の稲穂を見て、秋を感じました。和気あいあいとなごやかな一日を過ごしました（^o^）



塩こうじ、酒かすなどを使ったお料理でした♡

好古園での庭園に流れる滝

いつもなかよし♪

平和資料館にて



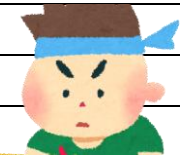
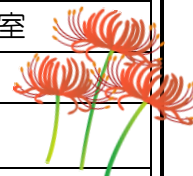
「公民館まつり」お知らせ

10月21日(土)公民館まつりを開催します。(22日(日)は衆議院選挙投票日のため、会議室での作品展示のみです。)

地域の皆様、毎年お世話になります。今年は、聖さんのお囃子を新町、川端二丁目、元町さんに披露していただきます。和太鼓の音にソワソワしそうです。開催が近づきましたら、チラシを配布しますので、たくさんのご来館をお願いします。また、出展作品が年々少なくなっています。何かありましたら、公民館までお知らせください。よろしくお願いいたします。イベントは1日だけですが、楽しく盛り上げていきましょう。

10月行事予定表

1	日	
2	月	かな書道教室・謡曲教室A
3	火	ペン習字教室・ヨーガ教室・茶道教室
4	水	
5	木	ストレッチA体操教室・ウクレレ教室
6	金	民児協定例会・楽豊さろん
7	土	3B体操教室・大正琴教室
8	日	ハーダンガー刺しゅう教室
9	月	市民体育祭（陸上）・詩吟教室
10	火	茶道教室
11	水	すみれコーラス・写真教室 ちぎり絵教室
12	木	ストレッチB体操教室
13	金	謡曲教室B・生け花教室・着付教室
14	土	大正琴教室・3B体操教室 ハーダンガー刺しゅう教室
15	日	
16	月	かな書道教室・謡曲教室A・古典教室
17	火	ペン習字教室・ヨーガ教室
18	水	
19	木	ストレッチA体操教室・ウクレレ教室
20	金	生け花教室
21	土	公民館まつり
22	日	公民館まつり(展示のみ)・投開票日
23	月	詩吟教室
24	火	
25	水	すみれコーラス
26	木	ストレッチB体操教室
27	金	着付教室・謡曲教室B
28	土	
29	日	
30	月	
31	火	



日程は変更となる場合もあります



遷喬地区食育推進委員会お知らせ



第3回伝達講習会

常備品で作ってみよう→災害時に備えたメニュー

- * サバの缶詰と野菜の炒めもの
- * 包丁いらす！ひじきの炒め煮
- * まな板いらす！乾物サラダ

災害時にきっと参考になると思います。

日頃から対応出来るよう心がけておきましょう。

どなたでも参加してください。

(第1回、第2回伝達講習会に多くの方に参加していただいています。)

場所 遷喬小学校家庭科室

日時 29年10月14日(土) 9:30~12:30

会費 無料

持ちもの お米1/2カップ、エプロン、三角巾、手ふき
申し込み〆切 29年10月12日 公民館まで

主催 遷喬地区食育推進委員会

1コイン味めぐり

遷喬地区まちづくり協議会よりお知らせです

第7回 1コイン味めぐり

期間: 11/1(水)~15(水)

11:30~13:30

今年で第7回目となる「1コイン味めぐり」を予定しています。今回は11店舗のご協力のもと行います。

詳細は配布予定のチラシをご覧ください。

500



健康講演会 「生活習慣病と認知症」

国民健康保険智頭病院院長 濱崎尚文先生に、生活習慣病と認知症についてと、その予防するためのポイントをとてわかりやすくお話していただきました。認知症にも病型があり、的確な診断を受け、適切な治療を受ける事が重要だと再認識しました。先生の優しいお人柄がにじみ出たお話でした。まず患者のことを第一に考え、そして家族や支援するすべての人達が介護しやすい状態を目指す治療をされています。認知症は決して怖い病気ではなく、明るい将来が見えたような講演会でした。



ゆっくり
ぼちぼち

はまちゃんのひとりごと

小学校庭にある、さるすべりの白い花柄が草の上に落ちてました。雪、こんぺい糖……何だろう。静寂という名の落とし物かな(^o^)
な~んちゃって♪

うわあ~
キザ!

ところで、水戸黄門さま2人がまた来館。弥次喜多コンビのおじいちゃん、「痴呆の高齢者だで~」なんて話しておられましたが、会話の回転が速く内容が面白すぎてとにかく楽しい。黄門さまが来られると職員みんな笑顔。また、来てくださいね(^o^)

この間から、生徒たちが事務室にやってきて国語の教科書の暗唱を見ている。まっすぐに私をみつめ、つまりながらも必死に思いだそうとしてる姿にドキッとします。つい可愛くて頭をなでてしまいます。がんばれっ小学生



消団連一座公演

10月13日(金) 13:30~15:00(和室)

鳥取市消費生活センターより寸劇があります。オレオレ詐欺、健康ショップなど悪質商法にだまされないために、楽しくわかりやすい寸劇を鑑賞します。また、消費者啓発DVDを使用している事柄を学習します。ぜひみなさん、おいで下さい。



おまけ編

鍋の季節になりましたね
あの夏の暑さがウソのようです。
私は、冬が苦手なので、太ってもいいから冬眠したいです(^w^)

公民館長の「せんきょう漫歩」は今月号はお休みです。
がんばれっ館長!
今年も秋が短く、あっという間に冬になるんでしょうか。
季節の変わり目です、みなさん体調をくずさないよう気をつけてくださいね。

