

# 上井コミュニティセンターの 教室・同好会を紹介します！

## 3 B 体操教室

毎週 月曜日 午前の部  
時間：10：15～11：45  
講師：井上 裕子さん

3つのBのつく道具（バル・  
バルター・ボール）  
を使い音楽に合わせて  
身体に優しい体操  
をしています。いつ  
も笑いの絶えない、  
楽しい雰囲気ですよ！



## 3 B 体操教室

毎週 月曜日 午後の部  
時間：18：30～19：45  
講師：前田 泰子さん

「あげい祭」にも参加して  
ます。  
心も身体  
もリフレッシュ！

## 書道教室

第1・3 水曜日  
午前：10：00～12：00  
午後：13：30～15：30  
講師：徳岡 由美子さん



## 水墨画教室

第2・4 水曜日  
時間：13：30～15：30  
講師：山崎 雲外さん



## 女性のつどい

第1・3 火曜日  
時間：9：30～11：00  
講師：尾坂 俊恵さん

尾坂先生の指導を受けて  
のコーラスを中心に、手芸、  
料理教室、ボランティアで  
施設交流もしています。あ  
げい祭ではステージで歌っ  
ています。一緒にやってみ  
ませんか。

## 子ども 硬筆・毛筆教室

毎週 土曜日  
時間：13：30～15：30  
講師：山田 美鈴さん  
硬筆と毛筆両方の学習が  
出来る教室です。



「気軽に見  
学・体験に  
来てみて下  
さい」

## リラックスヨガ教室

第1・3 金曜日  
★2回になりました！  
時間：10：00～11：15  
講師：小谷 真理子さん  
ヨガの呼吸に合わせて体を  
動かし、心を緩め、リラックス  
していきましょう♪こんな  
方に…腰痛、  
肩こり、ダイ  
エット、リラッ  
クス等♪



## 板画教室

第2 日曜日  
時間：9：30～11：30  
代表：河口 忠義さん  
モグモグタイムあり。  
年末の年賀状作り会も開催  
しています。和やかな雰囲気  
です。



## 民謡同好会

第1・3 月曜日  
時間：19：00～21：00  
代表：角 紘一さん  
尺八の演奏にあわせて、様々  
な民謡をうたっています。  
敬老会でも  
披露しまし  
た。仲間を  
募集してい  
ます。



## 太極拳同好会

毎週 月曜日の部  
時間：20：00～21：30  
毎週 金曜日の部  
時間：10：00～12：00  
講師：太田 えり子さん

ゆっくりの動作で、足腰に  
筋力をつける下半身重視の体  
力作りです。太極拳に少しで  
も興味のある方、体験だけ  
でもお気軽においで下さい。

## なごもう会

第1・3 火曜日  
時間：13：30～15：00  
倉吉市在住の、おおむね  
65歳以上の方で、介護保  
険の要介護認定を受けてい  
ない方他、対象があります。  
健康体操、レクリエーショ  
ン、ゲーム、健康チェック  
等を行っています。詳細は、  
市長寿社会課22-7851

## 申込み お問合せ

各教室の開催時に、お気  
軽に見学に来られてもOK



## 「昭和の上井」 (記録写真集)



## 「継」 が間もなく発刊。

懐かしい写真の数々

写真集「継」(つなぐ)は、  
昭和(Befor)・現在(A  
fter)が写真で対比され  
ています。とても興味深い冊  
子に仕上がっています。今月  
中旬には、自治公加入世帯  
(令和3年10月31日現在)に、  
1冊無料で配布される予定で  
す。非加入者で購入希望の方  
には1冊=1,000円でコミセン  
事務所で購入できます。

「昭和の上井」の表紙見開き

## 上井地区 振興協 議会が

## 「地域貢献賞」を 受賞しました。

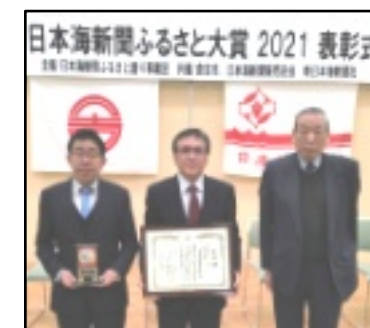
2月19日(土)、「日本海新聞ふるさと大賞2021」の表彰式が新日本海新聞中部本社で行われ、上井地区振興協議会は、倉吉市での「地域貢献賞」に輝きました。

受賞の理由は、  
①地域住民の健康促進などの目的で行われる「マラソン・駅伝大会」の開催。  
②地域のまつり運営。  
③「昭和の上井記録写真集(継)」の作成・発刊。  
などの、多岐にわたる取り組みが高く評価されたものです。  
振興協議会会長 生田均さんの話  
「今回の受賞により、『縁の下の力持ち』として頑張っているボラ

「マラソン・駅伝大会」開催・「昭和の上井」写真集作成などの取り組みで。

ンティアの皆さんのおかげで上井というコミュニティーが成り立っていること』を住民の皆さんに知っていただき、一緒に活動してもらえ仲間が増えることを期待しています。「安心安全な上井」を作っていくために、住民の皆さんの協力をお願いします」

授賞式で。(右から田中さん・生田さん・三浦さん)



編集委員会から

## あげい

「上井コミュニティセンター」になって1年。それにともなって、本紙は親しみやすいイメージにと、衣替えしました。平仮名でシンプルに。そして、ブラックとグリーンでロゴを作りました。愛称は「あげい」です。今後もよろしくお願ひします。

## みんなで徹底しよう 「三なし運動」

倉吉市明るい選挙推進協議会

政治家は有権者に  
贈らない！  
有権者は政治家に寄附を  
求めない！  
政治家から有権者への寄附は  
受け取らない！

# あげい

コミュニティセンターより

NO203

(06年10月からの通算)

編集：「上井コミュニティセンター」編集委員会

令和4年3月1日発行  
〒682-0042

倉吉市大平町360-1

TEL26-1736 FAX26-3621

(メール) koagei@ncn-k.net

(HP) http://www.ncn-k.net/koagei/

上井コミュ  
ニティセン  
ターのQR  
コード



化粧品(フワニー・リサーブ・ソーパーン)・エステ

べっぴんになれる店 べっぴんはうすユキ

倉吉市上井町2-2

TEL 0858-26-5258

お店のホームページ

営業時間 10時～19時(日・祝は18時まで)

定休日 第2・4・5日曜日



# 3月の行事予定

8日(火)	上井地区振興協議会 運営委員会	13:30
	上井地区自治公民館長会	15:00
11日(金)	上井地区民生児童委員協議会	9:30
	河北中学校 卒業式	
18日(金)	河北小学校 卒業式	
24日(木)	河北小学校・河北中学校 修了式	

## 今月の「ふれあい給食」サービス 10・24日

### 【教室・講座】

3B体操	(月曜)	7・14・28日	10:15
	(月曜)	7・14・28日	18:30
書道教室	(水曜)	2・16日	10:00
	(水曜)	2・16日	13:30
水墨画教室	(水曜)	9・23日	13:30
板画教室	(日曜)	13日	10:00
子ども硬筆・毛筆教室	(土曜)	5・12・19・26日	13:30
リラックスヨガ	(金曜)	11・18日	10:00

### 【同好会】

女性のつどい	3月はお休みします	
民謡同好会	3月はお休みします	
太極拳同好会	(月曜)	7・14・28日 20:00
	(金曜)	4・11・18・25日 10:00

### 【その他】

なごもう会	1・15日	13:00
-------	-------	-------

\*行事予定は新型コロナウイルス感染症の感染状況により、中止または変更となる場合があります。

### 【訂正】前号2面

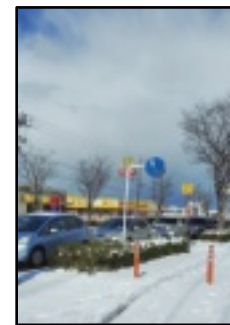
×地区振総会→○地区自治公協総会  
×「館長会」:(2/11)→○(2/8)

## あけい・如月の風景



寒空咲く水仙(上井一丁目児童公園で)

「ラニーニャ現象」で、厳冬になるかも知れません」という予報でしたが、何度も雪が降ります。年末から、雪の姿は消えません。2月も中旬だというのに、また、雪。17日は積雪28センチ。そんな2月の点描です。



雪風景

写真右 2月17日  
屋前。河北地区内。  
写真左 2月7日



### 来館の折りには、ぜひご覧下さい

この度、「坂野真人作品集」が上井コミセンに寄贈されました。この作品集は、人物・静物等の油彩画・流木を使った木彫り作品など多彩なものから厳選された、「坂野作品」の粋を集めたものです。

「先生の傘寿」を記念して、教え子さん達が実行委員会を立ちあげ編集されたという、師弟愛あふれる希有な作品集です。

「坂野真人作品集」が上井コミセンに寄贈されました

由良育英・倉吉東高と長く勤務された坂野さん。多くの画家・学芸員を育成、「コナン」の青山剛昌さんもその一人。日本美術家連盟、「砂丘社」、ヴェルヴェ展の会員。現在も意欲的に創作活動されています。

「教育並びに地域の芸術振興に役立てて頂ければ幸甚です」(実行委員会事務局長横山尚登)と、倉吉市の13のコミュニティセンター全てに寄贈されました。

### 料理コーナー (110)

生だと独特の風味が苦手だと嫌われる野菜ですが、スープにすると

雪が降る前に、沢山の立派な太い白ネギを頂いたので、ポタージュを作ってみました。

【材料】※2人分の場合

白ネギ2本(白い所だけ調理)・バター10g、塩少々・牛乳または豆乳250cc・コンソメまたは鶏ガラスープの素(ネギの大きさによって適宜)



### 白ネギのポタージュスープ

【作り方】①白ネギを小口切りにしてバターで炒める。②塩を少々加え、水分を飛ばしてしんなりさせる。③②と牛乳または豆乳をミキサーにかけトロトロにします。④鍋に戻し入れて、コンソメまたは鶏ガラスープの素で味を整えたら出来上がり。パセリを添えてどうぞ! (三木)

### 編集後記

「東京五輪」からわずか半年で北京冬季大会。連日のメダル獲得の嬉しいニュース。連覇目指す選手、初出場の若い選手。アクシデントや悪天候の中素晴らしい活躍にTVで応援。頑張れ日本! (佐)▽北京大会閉幕。しかし、今も、高木美帆選手の大活躍は強烈です。1000万円。長距離の3000円でも6位。「ボルト選手がマラソンも走って入賞するようなもの。異次元です」と、清水宏保さん(長野大会で金)の解説。(驚! T)

3月は、例年自死が多い傾向にあります。就職・転職・進学などで生活環境が変わり、ストレスを受けやすいことも要因と言われています。

自死を防ぐには、地域での支え合いが大切です。身近な人の変化に気付き、皆で命を支えあっていきましょう。身近な人がいつもより元気がないなどの変化に気づいたら、「最近どう?」など声を

### 3月は自殺予防対策月間です

### 倉吉市健康推進課

かけましょう。(相談窓口)  
倉吉保健所: 23-3921  
県立精神保健福祉センター: 0857-21-3031  
鳥取いのちの電話: 0857-21-4343  
自殺予防いのちの電話: 0120-783-556 (毎月10日)  
倉吉市健康推進課: 27-0030  
※鳥取県では遺族の方等の心情に配慮し、原則として「自死」という言葉を用います。

### 新型コロナ感染者の推移

データーから (まとめ: 編集委員会)

鳥取県の感染者は108名。(18日発表)。あらためて。三密を避け、マスク着用など感染予防対策の大切さを思います(20日現在)。

※倉吉保健所管内	2/14	30名
2/9日発表分	15	26
	12名	16
	10	12
	11	17
	12	22
	13	16
	20	13

### 我が家のペット

### ハムスターの「リン」くん

谷口由乃さん(柳町)

「リン」は、男の子です。我が家に来て10ヶ月になりますが、飼い主の小3の娘は未だに触れることが出来ません。それでも毎日、水替え・餌やり・



立春を過ぎたのに、またまた雪が降りました。夜中に何度も「どさっ」という音。「何だらあか、この音は?」「雪ずりだでえ」と、とりとめない会話。ところで、この「雪

ずり」という言葉は、山陰地方の方言らしいと初めて知って、ビックリです。

広辞苑には、「ゆきずり」①道で行き違いのこと②雪吊り: 雪折を防ぐために庭木等の

### 倉吉ことば

### ゆきずり

枝を支柱から縄でつり上げること。兼六園のものが有名とありました。

ちなみに、伊賀の友人は、「一度でも綺麗な雪景色を見てみたい。雪ずりって聞

いたことないヨ」とメールくれました。そう言えば、TVでは、「屋根からの落雪」に注意を!」と言いますが、「雪づり」とは言わないなあ…。 (と)