

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(After)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

上井コミュニティセン

ターのQR

コード

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・オイル)・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が、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」、ヴェヌエ展の会員。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

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:雪折る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)

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・

