



ボールを使って。
(3B体操)

「教室」・同好会の紹介

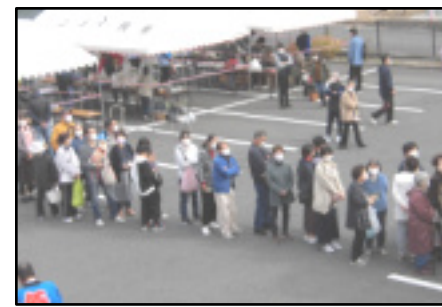
3B体操
ピラティス教室
書道教室
水墨画教室
コーラスあげい

子ども硬筆・毛筆教室
リラックスヨガ教室
板画教室
民謡同好会
太極拳同好会

上井コミュニティ
センターは、
「学びの場・
交流の場」。



写真左：ピザ
作りする子ども
たち。
写真右：お弁
当販売に行列
が…。(「あげい
祭」で。)



給食ボラ ンティア

一緒に活動しませんか。
代表 山田美砂子



明けまして
おめでとうございます。

年明けて、平均年齢70才。給食ボランティア39名の団体です。年は重ねても、自分自身のため、人様の良き気持ちを頂きながら、「ふれあい給食弁当」を90食ほど作り頑張っています。

何十年と継続して来れたのも、先輩方の努力のおかげ。本当に素晴らしいことと思っています。今年もお弁当を待っていてくださる方の顔を思い浮かべながら、私たちは頑張りたいと思います。そして、一緒に活動して下さる方をいつでもお待ちしております。上井コミセンに連絡下さい。



新年、初のお弁
当です！

地域を支える

ボランティア
活動

子どもたちの配達
ボランティア体験



お弁当配達(右)
手紙書き(左)



「河北小学校
見守り」
ボランティア

児童の下
校を見守
り続けます。

1月10日、3学期がスタートしました。子どもたちは、「こんにちは」「お帰りなさい」「ただいま」と見守りの方々と、声を掛け合いながら、安全に下校していました。(佐々木)



安心して横断中です。

1月10日(火)、「上井地区自治公民館長会」が開かれ、自治公民館協議会の会長には昨年引き続き生田均さん(旭北)に決まりました(6年目)。各専門部の担当者(各自治公館長)は下記一覧表の通りです。

専門部担当役員(自治公館長)

副館長・総務部	増井 寿雄 (旭 南)
副	西本 常良 (旭 東)
社会教養部	松本 敏彦 (本 町)
副	八田 学 (1丁目西)
体育部	高木 瑞記麿 (1丁目東)
副	伊藤 一行 (海田東)
副	森 達男 (大平町)
副	大村 弘人 (旭 西)
生活環境部	浜本 勲 (海田南)
副	林 昭富 (柳 町)
監事(2名)	総会で決定 (海田東) (柳 町)

【上井地区振興協議会派遣役員】

地域防災部会長	生田 均 (旭 北)
副	三浦 貴志 (清谷：防災リーダー)
防災部	眞壁 照雪 (清 谷)
副	里田 雅昭 (天神町)
安全部	長井 貴徳 (福庭東)
副	平本 良明 (海田西町河北町)
健康づくり部	土井 博文 (福 庭)
副	長谷川 洋子 (河北団地)

広がる交流、
支え愛、
深まる上井に！

2023年の
願い

あげい

コミュニティーセンターだより

NO214

(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5年2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



「お年寄り・男の料理教室」

3年ぶりの開催です！
2月16日(木) 9:00～

上井コミュニティセンター・多目的ホール
※詳しくは目録をご覧ください。

「教育を考える会」

主催：河北小地域学校委員会

共催：上井地区青少協

とき：2月18日(土)
13:30～

ところ：上井コミセン
(多目的ホール)

講師：米田 良範さん
(三徳山三佛寺副住
職・輪光院住職)

演題：「三徳山と六根
清浄」

※詳細は回覧をご覧ください。

2月の行事予定

1日(水)	副館長・総務部会／社会教養部会	19:00
2日(木)	体育部／生活環境部会	19:00
5日(日)	上井地区自治公民館協議会 表彰式・総会	10:00
8日(水)	出張スマホ教室(アプリを楽しもう)	10:30
10日(金)	上井地区民生児童委員協議会	9:30
14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協議会 館長会	15:00
16日(木)	お年寄りと男の料理教室	9:00
18日(土)	教育を考える会	13:30
25日(土)	上井マラソン・駅伝大会(受付9:15~9:45)	

今月の「ふれあい給食」サービス 9・22日

【教室・講座】

3B体操	(月曜)	6・13・20・27日	10:15
	(月曜)	6・13・20・27日	18:30
書道教室	(水曜)	1・15日	10:00
	(水曜)	1・15日	13:30
水墨画教室	(水曜)	8・22日	13:30
板画教室	(日曜)	12日	10:00
リラックスヨガ	(金曜)	3・17日	10:00

【同好会】

コーラスあげい	(火曜)	2月はお休み	9:30
太極拳同好会	(月曜)	6・13・20・27日	20:00
	(金曜)	3・10・17・24日	10:00

【その他】

なごもう会		7・21日	13:00
-------	--	-------	-------

がん検診・特定健診・長寿健診の受診期間は2月28日までです！
受診券に同封されている健康診査の手引きをご覧ください。

生活習慣病の早期発見のための特定健診・長寿健診。

健診受診期間が残り1ヶ月となりました

市健康推進課

早期発見のためのがん検診。どちらも受診が未だの方はお急ぎ下さい。受診券を紛失された方は再発行しますのでご連絡ください。

【問合せ先】
健康推進課
電話 = 27-0030

我が家のペット

ウサギの「ちょこちゃん」 (1才6か月位) ピョンピョン飛躍の1年

飼いたくて探していたら、昨年の秋に出会いました。食後すぐにゴロ〜ンと寝転がるのが笑えます。



家族が出かけ寂しくなると思わせるのがいじらしいです。(K・Kさん(海田西町))

柚子の香りと適度に残る甘みと酸味が美味しい鶏肉のユズジャム煮込みです。取材先でバゲットと手作りの柚子ジャムをいただき、その爽やかな香りと酸味の旨味でピン！と来た料理を作ってみました。

【材料】鶏手羽元10本・調味料(柚子ジャム150g・うすくち醤油または白



鶏手羽元の柚子ジャム煮込み



だし50cc・酒50cc・水300cc)・オリーブ油少々・片栗粉。

【作り方】①フライパンで手羽元に焼き目をつける。②調味料を全部入れた圧力鍋に手羽元を移し7分〜10分煮込む。肉が柔らかくなって蓋が開くことが出来れば、タレに水で溶いた片栗粉を入れ加熱。とろみが出て見た目が美しいですよ。(三)

「スマホ教室」検索方法マスター！

(1/19:上井コミセン)
不慣れたスマホの検索。音声検索・画像からの検索などをていねいに教えて貰いました(写真上)。楽しい1時間の教室でした。(杉)



編集 後記

編集委員3年目。行事はまだまだ続々、中止になってますが、子ども、住民の皆さんの元気な姿を取材しますのが今年もよろしくお願ひします(佐)▽「板垣敦正」を世話されていた河口忠義さん急逝。何時も笑顔、素晴らしい作品の数々…。全篇。(戸)

第9回 上井地区

主催：上井地区振興協議会

マラソン・駅伝大会

2月25日(土)

コース：河北小学校の横の土手
(新田橋の下スタート)

受付 9:15~9:45 **10時スタート**

受付場所 河北小学校 体育館



マラソン大会

- ◎小学1~3年生の部 男/女(1000m)
- ◎小学4~6年生の部 男/女(1500m)
- 1~3位は賞状・賞品
- 全員に参加賞があります！
- ・申込みは、小学校へ

駅伝大会

- ◎1チーム3名(3名中1名以上は女性)
- ◎中・高校生が参加する場合は1名までとする
- ◎スタートは女性(1000m)2・3走者は(1500m)
- ◎自治公民館単位で、何チームでもOK！

1~3位は豪華賞品があります！(前回は肉)
申込みは、体育部長へ

今年は感染症予防のため、
とん汁はありませんが、全員に
パンをお配りします！



参加者募集！

公民館行事保険に加入します(無料)
中止の場合→当日9時防災無線で連絡
問い合わせ：上井コミセン26-1736
申込み〆切：2月16日(木)

「いつも」「どこかで」「誰かが」
見守る体制づくりを目指して！

河北小学校見守り ボランティア 募集中！！



ただいま、見守り中。(JR山陰線の
跨線橋付近で)

上井地区振興協議会では「地域で子どもを育てる」を合言葉に、河北小児童の下校時見守りボランティアを募集しています。

週に一度、月に数回、ご都合の良い時で結構です。散歩がてら通学路を歩いていただければ、犯罪・交通事故の抑止力となります。

皆様のご参加をお待ちしています。

詳細につきましては、上井コミュニティセンターまでお問い合わせください。