

お知らせ

あげい祭実行委員会から

書籍

チャリティバザー売上金 18,205円 地区社会福祉協議会に

スキー・スノボ教室

地区青少年育成協議会 地区子どもいきいきプラン

日時：令和6年2月11日(日) 8時集合～16時帰着

場所：恩原高原スキー場 対象：小学生・親子(3年生以下は保護者同伴) ※詳細は、後日チラシを配布します。 ※雪の状況によって中止する場合があります。

スキー・スノボと一緒に滑ってくださる方募集!! 初心者に止まり方、曲がり方を教えて下さる方は、参加費免除、謝礼を準備いたします。

【上井コミュニティセンターまでご連絡ください】

上井地区自治公民館協議会 総会のお知らせ

とき：2月4日(日) 10:00～ ところ：上井コミュニティセンター

お年寄り・男性の料理教室

男性は若い世代の方も参加出来ます。

日時：2月15日(木) 場所：上井コミセン 参加費：無料 申し込み：コミセンまで。詳細は後日回覧板で

「まずは、「健康」。健康寿命を延ばすように、日々家庭菜園で身体を動かしたり、少年補導活動に頑張ろうと思います」(83歳 海田西町 田中文隆) □執行委員の会委員長になる。6年生の通信簿全てAになるように頑張る。ホームランを打つ。(S君12歳小学生)

「私はたつ年うまれ 今年の目標や願い...」

□算数のテストで100点とる。野球の練習を沢山して上手くなる。(Sさん12歳小学生) □「コロナ禍あけ。海外旅行したい...。元気に田圃通いして、コメ作りする!何と言っても世界平和。一日も早く、ウクライナやパレスチナの惨状がやむこと祈る」(84歳 昭和15年生まれ T)

2024年 新春

絆深まる「あげい」に

帰ってきた「日常..を大切にしながら。」

明るい「たつ年」になりますようお願いいこめ、上井地区のみなさんの作品を届けます。



保護者の賀状

年賀状 (版画教室作品)



児童の版画賀状

皆様、明けましておめでとうございます。ご機嫌いかがですか。

近頃、何事につけてもゆとりのない日々を重ねるままに新年を迎えている様に感じています。繰り返される豪雨災害・物価上昇・治安の悪化など安らかな生活に危機が迫りつつあります。さらに、人口減少・少子高齢化が益々進行し、独居の方も目立つ様になりました。

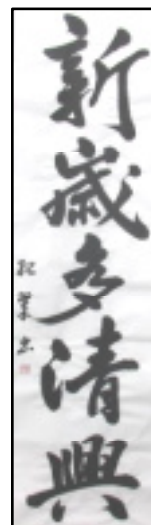
この様な現状において、各町内では館長・役員さん等の委嘱に大変なご苦勞をされています。世帯数の多少など諸事情はあると存じますが、自発的に役職をお受けいただきまして今後の自治公並びにコミセン活動にご協力の程宜しくお願い致します。

上井地区に、幸あれ!!

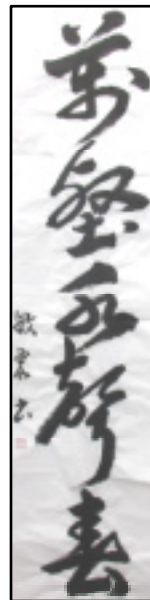
上井コミュニティセンター 館長 田中 佑和

書

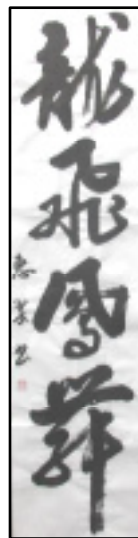
清谷自治公民館女性部 「習字サークル」 付記:書の読みと意味揮毫(きごう)された方にお願ひしました。



新歳多清興 「新歳、清興多し」 新年はめでたく、興味深いことも多い。 眞壁紀翠



萬壑水聲奉 「萬壑(ばんけい)水聲の春」 谷川の水の音までが、春らしい。 藤原敏翠



龍飛鳳舞 「龍が飛び鳳おうが舞う」 このうえないおめでたい言葉。 情景を想像するだけで、宙に舞い上がれるおめでたい言葉。 福井恵翠

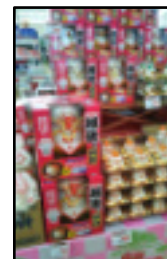
2023年

師走を「切り撮り」

行きかうクルマの屋根にうっすらと初雪が。12/18日10時頃。(昨年の初雪は17日)



正月の準備。新年を迎える定番の鏡餅が並べられている店頭。



人、往来



倉吉駅構内のひとこま。全席指定のお知らせと窓口風景



あげい

コミュニティセンターだより

NO226

(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6年1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



喫茶



喫茶 泉

倉吉市上井1丁目 TEL:(0858) 26-3328

付記:「コミセンだより」のカラーインク代に協力頂きました。(編集委員会)

1月の行事予定

9日(火)	河北中学校 始業式 河北小学校 始業式	
12日(金)	上井地区民生児童委員協議会	9:30
16日(火)	上井地区自治公民館協議会 館長会	15:00
23日(火)	副館長・総務部会	19:00
	社会教養部会	19:00
25日(木)	体育部会	19:00
	生活環境部会	19:00
2月4日(日)	上井地区自治公民館協議会 総会	10:00

今月の「ふれあい給食」サービス 11・25日

【教室・講座】

3B体操	(月曜)	15・22・29日	10:15
	(月曜)	15・22・29日	18:30
書道教室	(水曜)	10・17日	10:00
	(水曜)	10・17日	13:30
水墨画教室	(水曜)	10・24日	13:30
板画教室	(日曜)	14日	10:00
リラックスヨガ	(金曜)	5・19日	10:00

【同好会】

コーラスあげい	1月・2月はお休み	9:30	
太極拳同好会	(月曜)	15・22・29日	20:00
	(金曜)	5・12・19・26日	10:00

【その他】

なごもう会	17日	13:00
-------	-----	-------

町内写真さんぽ

(右) 天神町公民館
▽下の写真=跨線橋をバックに小田橋に向かう方面を撮る。右方が天神町



天神町の巻

公民館加入 56世帯/95世帯



バイパスの西側、跨線橋下のJR沿線西側エリア。小田橋手前から天神川土手北方面へ、海田南町と海田西町に挟まれた一帯が天神町です。
※取材の際、天神町公民館長の里田さんに、町内の案内をしていただきました。感謝です。(三木)



土手の左方の住宅エリア。(右奥は小田橋)

冬場に多発。

高齢者は特に注意。入浴中に溺れて亡くなる方は、交通事故死の約4倍です。
【高温での長風呂は注意】

1. 入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく。
2. お湯はぬるめ。10分以内の入浴を目安に。
3. 浴槽から出るときはゆっくり立ち上がる。
4. 食事直後・飲酒後・医薬品内服後の入浴

「冬の入浴事故に注意しましょう！」

倉吉市健康推進課



熱中症により溺水

本年もよろしくお願ひします。委員会体制、18年目になります。

イベントを「お知らせ」するだけの館報のような「だより」であってはならないと思っています。読んで楽しく、多くの人が行き交う、「スクランブル交差点」のような紙面を目指します。

編集委員会から

上井の話題・人・情報などをお寄せ下さい。(編修委員:楠本・佐々木・杉本・三木・戸田)

LINEの使い方な

教室 スマホ
LINEの使い方
① LINEの使い方
② 友だちを追加する方法
③ メッセージや画像の送信の操作方法など。

(12月1日。上井コミセンと山守集学校と共催で開催。総務省の補助事業。講師:大原・荒木さん、山守集学校) 参加者:8名



「人生後半からのお金の守り方と残し方」

講演会

(12月7日。講師:ファイナンシャルプランナー田中功さん)
演題:「老後資金の不安について参加者の声」
「『年金だけでは老後資金はも

たない。現役世代から資産形成に努めなければならぬ。気になることがあれば早く着手することが大事」と言われた言葉が印象に残りました」

最終回は、講義「老いの幸せ」

AKB教室 初心者コース

(鳥取看護大荒井優学長) 6月からスタートして、12月4日に最終回を迎えました。

参加者の感想

「講義をもっと早く聞きたかった。」「フレイル予防の運動が良かった。」「健康測定、体力測定が良かった。」「食事(塩分摂取量)に気を付けて日常生活を送りたい。」「自分の骨密度を知って驚いた。これからでも改善していきたい。」「等、皆さん、満足されていました。(小野田)



健康相談コーナー

で作られ、その後和やかに会食しました。初参加の方から、新鮮なわさびやケーキが提供されました。メンバーは、一足早い「年越しソバ」を堪能しました。なお、2回目の収穫祭は12日でした。(と)



そば切りする。

一足早く、「年越しソバ」

「ふれあいそば同好会」の収穫祭

今年は、22kgの収穫でした。「豊作です」と、世話人の伊藤俊之さん。

12月3日(日)の10時から25名のメンバーは、和室でソバを打ち、調理室では天ぶらを揚げたり、韓国料理のチヂミが鄭(チョン)さんのアドバイス

- 炊飯器とオーブンで出来る干し芋
- ③ オープンに入れ100~120°C/30~45分焼き(写真参照)。ひっくり返し同じように、温度・時間で焼く。
 - ④ お好みで外で干す。
- ※炊飯器・オーブンで機種で仕上がりが変わります。(智子)

【作り方】

- ① 洗った芋の両端を切り炊飯釜へ入れる。
 - ② 水を芋のかさの半分位入れる。
- 玄米キーでスイッチON→スイッチが切れたら、熱い間に皮むき冷ます。

「干し芋」と言えば、薩摩いもをスライスし、北風に何日もさらして作ってくれた祖母を思い出します。今回は、安納芋で作ってみました。

料理 コーナー (122)



1cmの幅に切り、並べたキッチンペーパーの上にのせておく。