



日		月		火		水		木		金	土
										1 上北条財産区三役会9:30 倉綿卒業式	2
3		4 くらぶ悠遊友定例会9:30		5 なごもう会 防災部会19:00 地区コ館長会(西郷コ)		6 寺子屋川柳教室13:30		7 みんなの安心委員会19:00 ↑終了後)定例館長会		8 河北中学校卒業式	9 民生児童委員協議会 手づくり教室13:30
10		11 バットゲームスター教室 (ゆずりはの会)9:30		12 ジャズ体操同好会13:30		13 ふれあい給食の日 上北条財産区三役会9:30 いきいき健康クラブ13:30 学校開放委員会19:00		14 3B体操10:00 水墨画教室13:30 主事次年度研修計画代表者会		15 上北条小学校卒業式	16 上北条土地改良区総代会
17		18 上北条財産区総会 地区同研三役会13:30		19 なごもう会 手芸教室13:30		20 春分の日		21 助六会18:30		22	23
24		25 バットゲームスター教室 (ゆずりはの会)9:30		26 ジャズ体操同好会13:30 防災部19:00		27 ふれあい給食の日 いきいき健康クラブ13:30		28 3B体操10:00 水墨画教室13:30		29	30
31		4/1		4/2		4/3 地区同研 企画運営委員会19:00		4/4		4/5	4/6

寺子屋川柳会

句会 令和6年2月7日(水)

宿題 「整理」・「速度」・自由吟

- ・喜寿迎え気持ち新たに走り出す
- ・温暖化 季節外れのつつじ咲く
- ・新鮮な野菜を作り自活する
- ・戸車に得意の蹴りでズレ直す
- ・ぷりっぷり活メで食う日本海
- ・新鮮な七草粥に胃が騒ぐ
- ・自家野菜 鮮度抜群世界一
- ・寒中に泣きごと見せぬバラ輪
- ・絵手紙に夢中 気付けば鼻眼鏡
- ・フレッシュな神の光を浴びる朝
- ・訳もなく笑った時間 宝物
- ・新鮮な野菜と魚鍋奉行

生田土竜
山本旅人
居酒屋てつ
奨
紫陽花
山崎夢太郎
原田さんぽ
吉田日南子
くにあき
木天麦青
小夜
ひる行灯

【今月の開催日】3月6日(水) 13:30～16:00
「貯める」・「地方」・自由吟

ノルディックウォーク同好会

毎週木曜日 朝9時から

集合場所:上北条コミュニティセンター玄関



上北条まちづくり協議会より (R5.5.10より)

上北条コミュニティセンター利用について

倉吉市「新型コロナウイルス感染症に係る倉吉市コミュニティセンターの対応方針」より

- 【引き続き実施】
- ・アルコール消毒液の設置
 - ・机、手すり、ドアノブ等のほか、共有物品の消毒
 - ・定期的な換気
(1時間に1回/2箇所以上の窓を開ける)
 - ・窓口の飛沫防止ボードの設置
- ※センター主催講座・教室・サークルについても同様

上北条コミュニティセンター

〒682-0003 鳥取県倉吉市新田422-1

TEL (0858)26-1763

FAX (0858)26-3515

E-mail kokamiho@ncn-k.net

開館 月～金 9:00～17:00

(祝祭日・盆・年末年始を除く)

か み ほ う じ ょ う

上北条

＜コミュニティセンターだより＞

令和6年3月1日 第36号

しあわせいっぱい ふるさと上北条

人口総数 2,357 人 (2,359)

14歳未満 319 人

65歳以上 791 人

世帯数 1,021 世帯 (1,021)

＜令和6年1月末現在＞

主催/上北条こどもいきいきプラン実行委員会(担当/NPO四つ葉)

ダッチオーブンを使って Pizzaづくり & みんなで レク遊び

2月11日(日)
一船上山少年自然の家

雪遊びはあきらめて、室内活動に計画変更。Pizzaづくりもレク遊びも子ども以上に大人が真剣!!!
子どもたちの笑顔もちろんの事、子どもと一緒にまじめに遊べる大人の皆さんがと～ってもステキでした!



倉吉市介護予防教室(問合せ・申込み▶倉吉市役所長寿社会課 なごもう会 ☎24-5416)

「なごもう会」のご案内

なごもう会は介護予防、健康作りの教室です。

高齢者が住み慣れた地域で生きがいのある生活を送るため、体操や認知機能の低下を防ぐレクリエーション等の活動を通して心も体もなごませるひとときを過ごします。

【対象者】・倉吉市に在住する65歳以上で介護保護の要介護認定をうけておられない方。
・基本チェックリストで参加が適当と認められた方。

【内 容】介護予防体操、レクリエーション、音読、脳トレ、歌等

【参加費】100円/月(内容により実費を徴収する場合があります)

【持ち物】お茶、お通い帳(初回にお渡しします)、ボールペン

【送 迎】会場が遠い、足腰が弱って、通所が困難な方には送迎を行います。

【会 場】上北条コミュニティセンター

【時 間】10:00～11:30(令和6年度より時間に変更になっています)

令和6年度の
スタートは、
4月16日(火)

2月定例館長会に、倉吉駅前交番長 西本さんがお見えになり、詐欺や住居に侵入しての窃盗被害を防ぐため、住民の皆さんへ注意喚起をしていただくようお願いを含めお話をしてくださいました。
自分も家族も友人も被害に合わないよう、地域ぐるみで被害を防止しましょう！



一人で判断せずに家族や警察にまずは相談をしましょう！

- 還付金詐欺、架空料金請求詐欺など、特殊詐欺被害が後を絶ちません。令和5年は、鳥取県内74件、そのうち倉吉警察署管内で15件の詐欺事件が発生しています。そのほとんどが、**自宅の固定電話への1本の電話**から始まっています。



【電話に出ない】【かけ直さない】よう ご注意ください！

- **「+」で始まる電話番号**は詐欺の可能性大！
最近、こうした国際電話の番号で詐欺の電話が多数かかっています。携帯電話や自宅の電話に着信があっても、**出ない！かけ直さない！**

「地域ぐるみで被害を防ぐ」意識を高めていきましょう！

- 倉吉市内においても住居に侵入しての窃盗被害が報告されています。短時間の外出時でも鍵を閉めるなど、戸締まりの徹底や人感センサーライトの活用など、被害防止に努めましょう。

上北条まちづくり協議会

主事（地域活動支援員）を 募集します。

【募集人員】 主事 1 名

【応募資格】 通勤可能な方

【雇用期間】 令和6年4月1日～令和8年3月31日

※応募の時期により採用開始が遅れることがあります

※雇用期間は延長することがありますが、65歳定年です

【仕事内容】 ・コミュニティセンター事業に関する業務

・施設の維持管理

・各種団体の事務

【勤務時間】 午前9時から午後5時まで（土日、祝日は休み）

※ただし、事業や会議等で休日出勤や超過勤務もあります

【 給与 】 月額147,800円（昇給制度あり）

※このほか通勤手当、期末手当、時間外勤務手当等の諸手当あり

※社会保険完備

【提出書類】 市販の履歴書（顔写真添付）、作文「私の考える地域づくり」800字程度

【選考方法】 面接、実技（簡単なパソコン操作）

【試験日時】 随時（相談のうえ、決定）

【 申込先 】 上北条コミュニティセンター＜月～金 9：00～17：00（※祝日は除く）＞
TEL 26-1763 FAX 26-3515 メールアドレス kokamiho@ncn-k.net



今月の☆床の間☆

月ごとに、水墨画教室と書道教室の皆さんの作品を展示しています。ぜひご覧ください。

水墨画教室

「早春」

東雲会
西尾 華村さん



上北条寺子屋川柳会

第68回倉吉文芸受賞作品の紹介

他の皆さんの作品もたくさん入選されています。
おめでとうございます。

推薦部門【奨励賞】 紫陽花

- ・三歳児オウム返しのエンドレス
- ・百本のバラよりも一本の薔薇
- ・引出しの奥に潮騒桜貝

応募部門【奨励賞】 小夜

- ・シャボン玉はじけるまでの青春譜

応募部門【佳作賞】 奨

- ・熱爛が上手く取り持つ夫婦仲

ふれあい給食の日

3月13日・3月27日

（第2・4水曜日）

ー上北条地区社会福祉協議会ー ふれあい給食サービス事業

川柳創作展「酒と泪とほほ笑みと」

毎年恒例の展示会のご案内です。
この一年の川柳を色紙に添えて、展示しています。
ぜひ、お立ち寄りください。

【とき】 4月1日（月）～ 4月12日（金）
※土・日を除く

【ところ】
上井一郵便局
（県立体育文化会館北隣）



倉吉市シルバー人材センター（TEL22-0870）※詳細は、回覧チラシをご覧ください。

「仕事説明会ならびに、介護ボランティア説明会」を開催しますので是非ご参加ください。

【日時】 令和6年3月14日（木） 午前10時より

【場所】 上北条コミュニティセンター 視聴覚室

◆健康な60歳以上の方で仕事を希望する方

◆市が行っている事業でボランティア活動を希望する方



倉吉市健康推進課（TEL27-0030）” 3月は自殺予防対策月間です。”

3月は、生活環境が大きく変動する時期であり、身体的にも、精神的にもストレスがかかりやすい時期です。ストレスや不安が重なると、だれでもこころの健康をくずすことがあります。そのため、日頃から規則正しい生活習慣で睡眠をしっかりと、ストレスとうまく付き合っていくことが大切です。

こころのSOSは、自分でも気がつきにくいものと言われているため、家族や友人など身近な人が気がついてあげることも大切です。

倉吉市では3月8日にこころの健康づくり講演会を予定しています。講演会を通じて、カラダの声を聴く時間をつくり、そして、笑顔になる、前向きになるなどの効果が期待される「顔ヨガ」について一緒に学んでみませんか。

講演会について→

