



日	月	火	水	木	金	土
1 中西西町内学習会	2 くらぶ悠遊友定例会9:30	3 なごもう会 地区コ館長会(瀬手コ)	4 いきいき健康クラブ13:30 ふらばーボールバレー①	5 まち協拡大三役会10:00 木の会カフェ13:30 定例館長会19:00 防災部研・広報委員会	6 食生活改善推進員	7 下古川町内学習会
8	9 バットゲームスタ-教室 (ゆずりはの会)9:30	10 社協三役会13:30 ジャズ体操同好会13:30	11 ふれあい給食の日 寺子屋川柳教室13:30 学校開放委員会19:00	12 3B体操10:00 水墨画教室13:30	13 上北条地区教育を 考える会(午後)	14 手づくり教室13:30 民生児童委員協議会
15	16 敬老の日	17 なごもう会 手芸教室13:30	18 いきいき健康クラブ13:30 防災部19:00	19 ゴルフクラブ13:30 助六会18:00 主事研修会(市役所)	20 上北条まつり企画 運営委員会19:00 みんなの安心委員会13:30	21
22 秋分の日	23 振替休日	24 ジャズ体操同好会13:30	25 ふれあい給食の日 小田東町内学習会	26 3B体操10:00 水墨画教室13:30	27	28
秋の全国交通安全運動9/21～9/30						
29 上北条地区 大運動会	30 バットゲームスタ-教室 (ゆずりはの会)9:30	10/1 なごもう会 地区コ館長会(社コ)	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前 季節を感じながら歩くことで心身ともにリフレッシュすることが できます。気持ちも身体も健康にしてみませんか？			



きり屋川柳会

句会 令和6年8月7日

宿題 「 反対 」 ・ 「 表情 」 ・ 自由吟

- ・ この暑さ甘いお菓子和引きこもる
 - ・ 笑顔出す笑顔集まる温ったまる
 - ・ 顔をあげ大合唱の雨ガエル
 - ・ テレビ前 監督になり指示を出す
 - ・ 笑い顔 表情豊か癒される
 - ・ 庭先の草むしりする老いの熱
 - ・ 初の盆 仏の顔で戻り来る
 - ・ 表情筋 鏡に向かい勝負する
 - ・ 反対があるのは承知 物を言う
 - ・ 千羽鶴 八月の空抱いている
 - ・ 櫛つかう鏡の僕はサウスポー
 - ・ 飽食が地球の未来食べていく
- 吉田日南子
紫陽花
居酒屋てつ
原田さんば
山本旅人
山崎夢太郎
くにあき
ひる行灯
生田土竜
木天麦青
奨
小夜

【今月の開催日】 9月11日(水) 13:30～16:00

「 再び 」 ・ 「 平気 」 ・ 自由吟

上北条ゴルフクラブ

令和6年度上北条ゴルフ秋季コンペを計画しました。
参加を希望される方は、下記の幹事へ9月18日(水)
までにお知らせください。なお、詳細につきましては、
参加者が決まりましたらご連絡いたします。
住民の皆様の多数のご参加をお待ちしています。

- 【期日】10月11日(金) 8時30分スタート
【会場】旭国際浜村温泉ゴルフクラブ(白兔コース)
【プレー代】ビジター 7,100円(食事1,100円含む)
【会費】1,500円(懇親会及び賞品代含む)
【幹事】生田正範
徳田道政
伊垢離功



上北条ゴルフクラブ代表 生田正範

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9月1日 第42号
しあわせいっぱい ふるさと上北条
人口総数 2,308 人 (2,303)
14歳未満 304 人
65歳以上 794 人
世帯数 1,010 世帯(1,007)
＜令和6年7月末現在＞

主催/上北条地区社会福祉協議会

上北条地区高齢者いきいき交流会

～レクリエーション体験会～

【開催日】8月20日(火) 【会場】上北条コミュニティセンター

高齢者の方々が地域の中でいきいきと活動ができるよう、そのきっかけづくりとして初めて開催されました。

当日は、開発者の佐々木さんを講師にむかえ、新しい室内スポーツ「インドアゴルフ」をはじめ、倉吉市社協の職員さんにルールを教わりながら、「アナログゲーム」「防災ゲーム」「羽根っこゲーム」などにも挑戦!!

各コーナーでは皆さんの楽しんでおられる声があちこちで響き渡り、時には歓声の声も上がり、有意義な時間を過ごしていただくことが出来ました。

参加して下さったみなさん、準備、運営をして下さった役員の皆さんにはお世話になりました。ありがとうございました。

※「インドアゴルフ」とは、段ボール製のゴルフステックを使用したグランドゴルフとゴルフを融合させたスポーツです。



インドアゴルフに挑戦!!



記憶力が試された防災ゲーム



上北条コミュニティセンター：上北条ゲームリーダー（KGL）養成講座

それいけ！リーダーさん！！go 倉総産～機械科だよ～ 開催日／8月8日（木）、9日（金）

鳥取県立倉吉総合産業高等学校へ行きました☆
まずは、機械科の作業スペースを見学。旋盤に使用する機械や溶接など、普段では見ることのない機械や道具を教えてくださいました。

見学が終わると、CADの操作方法を教わり、高校生が作成した図面をお手本に、パソコンで立体的な製図に挑みました。

はじめは、緊張気味でぎこちない様子でしたが、お互い話しをしないと進まない状況に自然と距離も近づき、和気あいあいと作業し完成させました。

この作成した図面を基に、3Dプリンターが「形」にしてくれます。3Dプリンターは時間がかかるので後日の受取りとなりましたが、高校生と過ごした二日間は貴重な体験となりました。

＊CADとは、コンピュータ上で図面の作成を行うためのツールのことです。
（例えば・・・家の設計図、車のデザインや部品の設計などに使用されています。）



校内見学



教わりながらCADで製図

<夏休みを利用した子どもの体験事業>

「はたおり教室」

7月29日(月)、30日(火)の二日間、卓上織機を使ったはたおり教室を開催しました。
約4時間かけて作品を仕上げていきます。集中力が思うように続かず・・・苦労しながらもみんなオリジナルの作品を完成させました。
作品展に出展しますのでお楽しみに！

主催/上北条コミュニティセンター



(指導)ありのみ工房 古澤順子さん

「食育教室&座禅体験」

7月30日(火)児童クラブの希望児童を対象に19名の参加で実施しました。
心も体も元気にすくすく育っていく子どもたちをあたたく見守ってくださる地域の方に感謝です。

主催/上北条地区食生活改善推進員
更生保護女性会上北条支部



(指導)胎蔵寺 森下住職



上北条地区食生活改善推進員

ブロッコリーのごまマヨサラダ(簡単減塩レシピ)

材料（4人分）
○ブロッコリー・・・200g
○マヨネーズ・・・大さじ1
○すりごま・・・小さじ2
○かつおぶし・・・5g

作り方

- ① ブロッコリーは小房に分け、茹でて水気をきる。
- ② ①をボールに入れて、マヨネーズ、すりごま、かつお節を合わせる。

食育教室
小学生No.1
人気!!
×ニュー



今月の☆床の間☆

水墨画教室

「安来清水寺」

東雲会

大槻 海雲 さん



陶芸教室

「三角図色絵花器」

陶芸クラブ

山本 悠 さん



上北条まちづくり協議会社会教育部

募集

ふらばーるボールバレー教室

①9/4 ②10/2（全2回）

いずれも水曜日 19:30～21:00

【会 場】上北条小学校体育館

【申込先】上北条コミュニティセンター

※ 夜間のため、子どもだけの参加はできません。

※ 小さいお子さんを同伴される方は、ケガや事故のないように各自でご注意ください。

館長レポート

「木の会カフェ(代表:石村朋子さん)」についてご紹介します。

今年7月から毎月第一木曜日の午後、センターの図書コーナーで「ゆる～いおしゃべり会」が開かれています。

木の会のネーミングには、「地域に根を張り、ぐんぐん育っていきたい」という思いが込められているそうです。

8月は、ねりんピックに参加される選手用の「おもてなし箸置き」作りをしながらワチャワチャとおしゃべりを楽しんでいるうちにあっという間に2時間たってしまいました。手づくりの赤紫蘇ジュースもおいしかったです。

軽～い気持ちでちょっと遊びに来てみませんか。懐かしい出会いがあるかも・・・。」

今月は9月5日(木)午後1時30分から午後3時頃の開店予定です。



【TOPIC】～地域だより～

古川沢 万燈まつり(仏さん送り) 8月16日(金)

第46回万燈まつりが5年ぶりに行われました。
ご家族、帰省客も久しぶりのまつりに存分に楽しめたようです。

