

日 月 火			水	木	金	土
			1 元日	2	3	4
5	6 仕事始め	7 なごもう会 地区コ館長会(北谷コ)	事務室＜閉室＞年末年始のお休み ～1/5			
			8 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	9 3B体操10:00 水墨画教室13:30 木の会カフェ13:30 定例館長会19:00	10 地区グラウンドゴルフクラブ	11 民生児童委員協議会
12	13 成人の日	14	15 いきいき健康クラブ11:00	16 主事研修会(市役所)	17	18 手づくり教室13:30
		業者館内清掃				
19	20 バットゲームスタ-教室 (ゆずりはの会)9:30	21 なごもう会 手芸教室13:30	22 ふれあい給食の日	23 3B体操10:00 水墨画教室13:30	24 くらぶ悠・遊・友9:30	25 上北条地区 自治公民館協議会 一斉部長会19:00
26	27 バットゲームスタ-教室 (ゆずりはの会)9:30	28	29 いきいき健康クラブ13:30	30	31	2/1 河北中学校区 社会教育部研修 映画上映13:00
2/2	2/3	2/4 なごもう会 地区コ館長会(小鴨コ)	2/5 寺子屋川柳教室13:30	2/6 木の会カフェ13:00	2/7	2/8

寺子屋川柳会

句会 令和6年12月11日(水)

宿題 「目指す」・「悶々」・自由吟

- ・木枯しに落葉ブレイクダンスする 紫陽花
- ・昼寝して夜はゆっくり夢日記 山崎夢太郎
- ・配当の思わぬ金にほくそ笑む 山本旅人
- ・ふと目覚め悶々として眠れぬ夜 原田さんぽ
- ・今年こそ減酒を誓い御神酒飲む ひる行灯
- ・足腰を鍛えて踊る竜宮城 吉田日南子
- ・何だっけ悶々としたはずなのに 小夜
- ・五十回忌祖父に感謝の経を読む くにあき
- ・槍ヶ岳目指し歩いた遠い日々 生田土竜
- ・寒風が挑戦状を突きつける 木天麦青
- ・釣果無しこれが最後と竿を振る 居酒屋てつ
- ・ハゼ釣りの竿が欲張る 地球釣る 奨

【今月の開催日】 1月8日(水) 13:30～16:00
「焼く」・「許す」・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前



「上北条公民館公式LINE」

上北条コミュニティセンターの公式LINEです。
毎月のコミュニティセンターだよりや講座のご案内などの情報をお知らせしています。
お友達になってください☆



友だち↑
追加QRコード

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7年1月1日 第46号

しあわせいっぱい ふるさと上北条

人口総数 2,299 人 (2,298)
14歳未満 295 人
65歳以上 801 人
世帯数 1,011 世帯(1,005)

＜令和6年11月末現在＞

新年明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、健やかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。
昨年中は、上北条まちづくり協議会の活動にご支援、ご協力頂きまして厚くお礼申し上げます。

さて、今年の干支である「巳」は、「運気を上げ縁起が良く、新たな始まりを表す」とも言われます。上北条まちづくり協議会になり、この良き年に5年目を迎えます。改めて「**心豊かな住みよいまちづくりをめざし、地域の輪をより広げる**」機会と捉え、協議会運営に努めて参ります。

終わりに、地域の皆様にとりまして、本年が飛躍の年となりますよう心から祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。

上北条まちづくり協議会 会長 牧田誠司
上北条コミュニティセンター 職員一同



今月の床の間には、「巳」をモチーフにした陶芸教室さんの作品が飾られています。気軽にご来館ください。

「竹筒花器」「巳年飾り」
陶芸クラブ 山本 悠

くらぶ悠・遊・友：上北条コミュニティセンター

しめ縄づくり

【開催日】 12月25日(水)

今年も小学校若草農園の餅米の稲を使ってしめ縄をつくりました。回を重ねるごとに上達・・・かと思いきや、1年経つと結構忘れてしまうものですね(^_^)

兎にも角にも立派な”しめ縄”が完成しました！今年もたくさん笑って過ごしましょう。



倉吉市コミュニティセンター活動展

【開催日】12月7日(土)・8日(日)
【会場】エースバック未来中心アトリウム

市内13地区のコミュニティセンターが、それぞれの特徴を活かした作品展示やeスポーツ体験などで日頃の活動のPRをしました。

ご来場いただいた方、出展していただいた皆さん、ありがとうございました。



上北条に伝わるお話の紙しばいづくり



子どものはたおり教室



KGLと倉総産機械科のコラボ



手芸体験教室～干支づくり～

上北条まちづくり協議会社会教育部

ニュースポーツ交流会「室内ペタンク交流大会」

参加者が4グループに分かれて対戦しました。室内ペタンクの"あるある"どこまでも転がっていくビュットやボールに苦戦しながら楽しく盛り上がった交流大会になりました。

【開催日】12月8日(日)
【会場】上北条小学校体育館



河北中学校区人権教育研究協議会社会教育部会

映画「カムイのうた」上映会

要申込：入場無料

【日時】令和7年2月1日(土) 13:00～15:30 (開場12:40)
【会場】上北条コミュニティセンター 【対象】河北中学校区にお住まいの方
【締切】1/24(金) または定員100名(先着順) になり次第
【申込先】上北条コミュニティセンター ☎26-1763 ※チラシが回覧されています



上北条パットゲームスター大会

【開催日】12月23日(月)
【会場】上北条コミュニティセンター

毎月第2・4月曜日にパットゲームスター教室をされている「ゆずりはの会」が、今年も大会を開催されました。

皆さんが笑顔で和気あいあいとプレイされ、初めての方もパットゲームスターに興味をもたれた様子でした。



優勝：池田洋子さん(新田)
二位：足羽裕輔さん(穴窪)
三位：船越清子さん(小田)
おめでとうございます。

今月の教室開催日
1月20日、27日 9:30～11:30

紙しばいを贈呈しました！

上北条小学校3年生のみなさんと取り組んできた地域学習が、やっと「紙しばい」という形に仕上がりました。
コミュニティセンターにも置いてありますので、ぜひご覧ください。



倉吉市健康推進課 (TEL 27-0030) 【冬の入浴事故に注意！】

これまで入浴中の事故は、暖かい部屋から寒い脱衣所へ移動した時に血圧の急激な変化により脳卒中や心筋梗塞を起こす「ヒートショック」が主な要因とされてきました。しかし、近年の調査で大半の入浴事故の要因が「熱中症」であると明らかとなっています。

【高温での長風呂】

血圧は下がり
体温は高くなる
さらには
意識障害を生じる



自力で立ち上がれず
さらなる高体温に

熱中症により溺水

(参考)入浴関連事故の実態把握及び予防対策に関する研究報告

「自分にも起こるかもしれない」という予防意識を持ち、高齢者だけでなく、家族みんなで入浴習慣を見直しましょう。

ふれあい給食の日

1月8日・1月22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
歳末たすけあい募金配分事業

倉吉総合産業高等学校ビジネス科

くらそうサロン

今年度のくらそうサロンが終わりました。
ビジネス科3年生の授業の一環なので、毎年生徒が違います。最初は緊張した面持ちの生徒さんですが、回がすすむにつれ参加者との距離も縮まり、最後の回は、お菓子を食べながら楽しく茶話会で交流を深めました。
参加してくださった皆さんありがとうございました。

