



日 月 火 水				木	金	土
4	5	6	7	8	9	10
みどりの日	こどもの日	振替休日 下古川GG大会	いきいき健康クラブ13:30	3B体操10:00 水墨画教室13:30 定例館長会19:00	まち協社会教育部会19:00	憲法記念日 大塚GG大会
				笑顔ピカピカあいさつ運動 5/7～5/9		
11	12	13	14	15	16	17
更生保護女性会上北条支部総会	くらぶ悠遊友定例会9:30 バットゲームスタ-教室 (ゆずりはの会)9:30 上北条ゴルフクラブ16:30	地区コ館長会(関金コ)	寺子屋川柳教室13:30 県公連総会(まなびタウン)	ノルディックウォーク教室9:30 助六会18:00 ソフトボール大会 運営委員会19:00	まち協役員会19:00	手づくり教室13:30
				笑顔ピカピカあいさつ運動 5/12～5/14		
18	19	20	21	22	23	24
	食生活改善推進委員会13:30	なごもう会 手芸教室13:30 まち協防災部会19:00 センター職員研修会(市役所) 事務室閉室 12:00～17:00	いきいき健康クラブ13:30	水墨画教室13:30	まち協総会19:00	
25	26	27	28	29	30	31
グラウンドゴルフ大会 開会式8:30	バットゲームスタ-教室 (ゆずりはの会)9:30			木の会(まちの保健室)10:00 3B体操10:00		

寺子屋川柳会

句会 令和7年4月9日(水)

宿題 「 渡す 」 ・ 「 穴 」 ・ 自由吟

- | | |
|---------------------|-------|
| ・ つまらない物だと渡す春の味 | 原田さんば |
| ・ 穴に蓋されては困る丸坊主 | 山崎夢太郎 |
| ・ 衣替え かざして見れば穴だらけ | 居酒屋てつ |
| ・ 縁かつぎ五円玉にて神頼み | 山本旅人 |
| ・ ブリロの箱ワイン入れるかウイスキー | ひる行灯 |
| ・ 靴下を破り親指 顔出した | 紫陽花 |
| ・ 靴下の穴が会話を盛り上げる | 奨 |
| ・ 身の丈に合った穴から世間見る | くにあき |
| ・ ありがとう虹が渡してくれた夢 | 木天麦青 |
| ・ 障子の穴 あいた数だけ桜咲く | 小夜 |
| ・ 野菜畑 金のなる木を植えました | 吉田日南子 |
| ・ よう生きた誉めてやりたい痩せ牛蒡 | 生田土竜 |

【今月の開催日】 5月14日(水) 13:30～16:00
「 祈る 」 ・ 「 嘘 」 ・ 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5月1日 第48号
しあわせいっぱい ふるさと上北条
人口総数 2,310 人 (2,312)
14歳未満 297 人
65歳以上 802 人
世帯数 1,017 世帯 (1,011)
＜令和7年3月末現在＞

上北条住民みんなで取り組む 笑顔ピカピカあいさつ運動

実施のご案内

実施期間：令和7年5月7日(水)～令和7年5月14日(水)

＊期間中の土日(5/10、5/11)は除く

この運動は、地域住民のつながりとあいさつの大切さを再認識し、子どもたちに良き環境を示し、笑顔あふれる明るい地域づくりを目指す運動です。
期間中は、地域のみなさまから、小中学生・高校生へ明るくさわやかなあいさつや声かけをお願いいたします。

小学校玄関前で朝のあいさつ運動を行います。
家庭や学校、子どもたちの登下校時など、日常生活の中でも
元気に取り組みましょう！

主催
上北条地区青少年育成協議会
共催
上北条まちづくり協議会
上北条地区社会福祉協議会
上北条地区民生児童委員協議会
倉吉市更生保護女性会上北条支部
上北条コミュニティセンター

みんなで楽しみながら
あいさつ運動を進めて
いきたいと思います。
ご協力よろしくお願いします。



くまのこ。

お問い合わせは、上北条コミュニティセンターまで TEL：26-1763

上北条まちづくり協議会ふれあい交流部

第40回上北条地区グラウンドゴルフ大会

【開催日】 5月25日(日) 【開会式】 8:30

体育事業がスタートします！過ごしやすい
お天気の中、スポーツを通して住民の交流
を深めましょう☆

詳細は、各自治公民館のグラウンドゴルフ
大会運営委員さんにお問合せください。



＜開催日決定のお知らせ＞ 第47回上北条地区ソフトボール大会

6月15日(日)

決定していなかった開催日が決まりました！
詳細は、これから運営委員会で検討されます。
たくさん参加をお待ちしています！！

●健康づくり講座「ノルディックウォーク教室」

～正しいウォーキングを学んで、運動効果をアップしよう！～



- 〔日 時〕 5月15日（木） 午前9時30分から11時30分
- 〔場 所〕 上北条コミュニティセンター
- 〔講 師〕 井勢天智さん（ノルディックウォーク指導員）
- 〔内 容〕 ＊講習1時間、実践1時間を予定しています。歩くのに自信のない方は、講習受講のみでもOKです。
＊ポールの貸出あり
- 〔参加申込〕 5月13日（火）までに、上北条コミュニティセンターへお申し込みください。

上北条コミュニティセンター TEL／26-1763 FAX／26-3515 メールアドレス／kokamiho@ncn-k.net

＜上北条地区倉吉市スポーツ推進委員の紹介＞

この度、H31に上北条地区より推薦され3期（6年間）活動されてきました杉上渉士さんが任期満了にあたり退任されます。杉上さんには、今後は住民の一人として上北条の生涯スポーツの推進の力になっていただきます。6年間、ありがとうございました。

そして、引き続き活動して下さることになりましたお二人をご紹介します。

任期 R7.4.1～R9.3.31 ・小串 崇さん（小田）・廣江春美さん（下古川）



上北条地区のスポーツ推進委員の皆さんは、地区の各体育大会を運営委員さんと一緒に盛り上げてくださっている欠かせない方々です。よろしくお願いします。

そのほかにも、年齢や性別に関係なくできるニュースポーツによる「スポーツ教室」を開催されていますので、皆さんもぜひ参加してみてください。

上北条地区社会福祉協議会

（ごあいさつ）

この度、上北条地区社会福祉協議会会長を務めることとなりました。前会長の長柄稔さんの後任としては力不足ではありますが、会としての活動を進めていきたいと思います。今年度は、新たに当協議会の役割について再確認し、「地域福祉のあり方」を検討していくことを事業の柱として加えています。

今後も当協議会について、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

小林 加代子（所属：上北条コミュニティセンター）

上北条コミュニティセンターからのお知らせ

■事務室を閉室します。

5月20日（火）12：00～17：00 コミュニティセンター職員・指定管理者連絡会合同研修のため

■長期休みの貸し館、カギについて

5月3日～6日は貸し館はできます。利用申請、カギの引取りは、5月2日（金）までをお願いします。

作品展示のお知らせ

コミュニティセンターを拠点に活動しています。日頃の活動の成果をご覧ください。

とき 5月19日（月）～5月30日（金）
※土・日除く

会場 上井一郵便局 県立体育文化会館近く



昨年の様子

上北条地区を拠点に活動されている皆さんの作品を飾っています。

水墨画教室

「日陰でお喋り」

東雲会

川本賀雲さん

倉吉創作文華展受賞作品

陶芸教室

「乳白逆蕪花器」

「赤結晶逆蕪花器」

陶芸クラブ

山本 悠さん

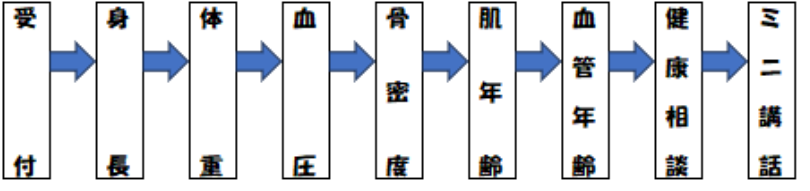


木の会カフェ主催「まちの保健室」のご案内

～鳥取看護大学から来ていただきます。気軽な気持ちで参加してみませんか～

- ◆日 時 2025年5月29日（木）午前10時～正午
- ◆場 所 上北条コミュニティセンター
- ◆対象者 健康に不安な方、関心のある方、等どなたでも参加できます。
- ◆受 付 午前10時～
- ◆申込先 上北条コミュニティセンター TEL26-1763

【当日の内容】（※計測の順番は変わることがあります。）



参加費無料
先着 20名



ミニ講話のテーマ
「転倒予防について」

倉吉市健康推進課（TEL27-0030）【令和7年度 各種健康診断が始まります！】

令和7年度の健康診査期間は、令和7年5月1日から令和8年2月28日までです。健診内容、料金などは、倉吉市健康診査の受診券と手引きを4月下旬に送付していますのでご確認ください。※85歳以上の方で、健康診査・がん検診受診券をご希望の方は、健康推進課までお申込みください。

健診の方法

医療機関で行う個別健診と集団健診の料金は、同額です。

【個別健診】協力医療機関で受けられます。詳しくは、手引きをご覧ください。
⇒問合せ・予約：各協力医療機関

【集団健診】倉吉市健康診査の手引きに記載の日程で行います。希望される会場で受けることができます。
⇒問合せ・予約：倉吉市健康推進課（TEL27-0030）

