

12月 行事予定

Table of monthly events including dates, times, and locations like '倉吉市コミュニティセンター活動展準備' and '自治公監査会'.

※事務室閉室について
12月3日(金)午後・10日(金)午後
年末年始(12/29~R4.1/3)
施設は使用できますのでコミセンまでお問い合わせください。

上小鴨保育園 オープンデーは当面中止

倉吉市健康推進課 保健だより

「ノロウイルスに気をつけましょう」

ノロウイルスはごく少量(10~100個)を摂取しただけで、深刻な食中毒を起こす感染力が非常に強いウイルスです。主に11月から2月に多いですが、年中を通して発生します。主な症状は急性の胃腸炎(嘔吐、下痢)、37~38℃の発熱です。嘔吐物や下痢からも感染しますので、汚染処理には注意が必要です。また、感染しても無症状のまま便中にウイルスを排泄したり、下痢などの症状が消失した後も1週間程度、長いときは1ヶ月程度ウイルスの排泄が続くと言われてます。日頃から手洗いの励行、トイレの便座やふた、床やドアノブなどを清潔に掃除するように心がけましょう。

~予防のポイント~

- 1) 洗い流す: 手についたノロウイルスが口に入って感染するのを防ぎます。外出後、トイレ後、調理や食事の前などにしっかり手洗いをすることが重要です。
2) 加熱して死滅させる: ノロウイルスはしっかりと加熱すれば死滅させることができます。(例)二枚貝などの食品は中心温度85~90℃で90秒以上の加熱をする。
3) 薬剤で死滅させる: ノロウイルスの殺菌に効果が確認されているのは次亜塩素酸ナトリウムです。
※アルコールは効きません※
○通常の殺菌用(調理器具やドアノブ、手すり、床など): 0.002%の次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)で消毒
○汚物などの処理用(嘔吐物や便が付いた廃棄物): 消毒してから捨てることで感染拡大を防ぐ。
0.1%の次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)

主催事業・講座

Table of main events including '3B体操教室', '英会話講座', and 'フラワーアレンジメント講座'.

気軽にぶらっとピンポンを楽しもう

毎週火・水曜日 9:30~11:30
※その他会議室が空いている場合はご利用できます

認知症予防教室「みんなが元気でおう~会」

2日、9日、16日、23日(木)
10:00~11:30

同好会

Table of hobby activities including '切り絵', '筆もじ', 'いけばな', 'カラオケ', '絵手紙', 'ヨガ', 'うごいてみよう会', and 'グラウンドゴルフ'.

上小鴨小学校 12月行事予定

22日(水) 終業式
1月7日(金) 始業式



上小鴨コミュニティセンターだより

かみおがも 12月号



令和3年12月1日発行

一上小鴨地区の人口(自治公別)
世帯数: 598世帯 (R3.10月末現在)
男性: 688人
女性: 729人
合計: 1,417人 (65歳以上572人40%)

発行: 上小鴨コミュニティセンター
TEL 28-0953 FAX 28-6035
〒682-0934 鳥取県倉吉市上古川216-3
メールアドレス kokamio@ncn-k.net
ホームページ 「上小鴨コミュニティセンター」で検索!
開館: 月~金 9:00~17:00 (祝祭日を除く) / 施設利用: 9:00~22:00



お正月を華やかに

主催: 社会教育部

伝統文化継承講座【門松作り】

日時 12月23日(木)13:30~15:00
場所 上小鴨コミュニティセンター
講師 荒金 豊さん(中田)
材料費 1,000円
持ち物 移植ごて、手袋、丸ばち(30cm程度)
募集人数 15人
申込み 上小鴨コミュニティセンター(〆切12/13)



【フラワーアレンジメント講座】

日時 12月29日(水)13:30~15:00
場所 上小鴨コミュニティセンター
講師 花こまち 藤田 昭子さん
材料費 3,000円(花・器込み)
持ち物 花ばさみ
募集人数 10人程度
申込み 上小鴨コミュニティセンター(〆切12/14)



昨年度の作品

からだを動かそう

住民スポーツの日【室内ペタンク】

他地区でも開催され、好評だった室内ペタンクを上小鴨でも体験してみましよう!
日時 12月12日(日)13:30~14:30
場所 上小鴨小学校体育館
講師 上小鴨地区スポーツ推進委員
持ち物 体育館シューズ、汗拭きタオル、飲み物
募集人数 15人程度
申込・問合せ 上小鴨コミュニティセンター (〆切12/10)
主催: 上小鴨小学校体育施設開放運営委員会

【体幹トレーニング教室 3回目】

バランスボールを使ったトレーニングを行います。この機会に運動習慣をつけてみませんか?
日時 12月19日(日)10:30~11:30
場所 上小鴨コミュニティセンター
講師 コンディショニングコーディネーター 谷川哲也さん(三朝町)
持ち物 ヨガマット、運動シューズ、タオル、飲み物
バランスボール(お持ちの方)
募集人数 10人程度
申込・問合せ 上小鴨コミュニティセンター(〆切12/17)
主催: 地域づくり協議会 スポーツ健康部
共催: スポーツ推進委員

【第3回倉吉市コミュニティセンター活動展】

作品展示 12月4日(土)9:30~17:00
12月5日(日)9:30~15:00

倉吉未来中心1Fアトリウムにて13地区の作品を展示します



体験コーナー 小鴨地区『男のクラブ』のマスター直伝!美味しいコーヒーの入れ方を動画でご紹介
主催: 倉吉市公民館連絡協議会

(自治公からお知らせ) 「地域整備環境部」は「環境整備部」と名称が令和4年1月から変わります。

新春あたらご山登り

主催：上小鴨地域づくり協議会

R2.1.1



令和4年1月1日 上小鴨神社境内 午前7時集合！

上小鴨のシンボル、あたらご山に登って新年を迎えよう！

参加者にはお年玉もあります♪

※悪天候などで当日中止の場合は6時30分頃、防災無線で放送します※

〔親子スキー教室〕 上小鴨、成徳、明倫、小鴨の4地区共同開催

日帰りコース

○土曜日 2月5日(土)
 ○日曜日 2月6日(日)
 両日 出発6:30頃 帰着18:30頃
 場所 だいせんホワイトリゾート
 参加費 2,000円(バス、保険料等)

宿泊コース

申込〆切 12/6(月)

2月5日(土)～2月6日(日)
 出発6:30頃 帰着18:30頃
 場所 だいせんホワイトリゾート
 宿泊 ホテル大山しろがね
 費用 参加費 2,000円
 宿泊費 子ども7,700円/大人11,000円

先着
50名
(4地区合わせて)

※日帰り、宿泊コース共に、別途昼食代・リフト代等が必要です。

詳細は小学校に配布したチラシ、又は上小鴨コミュニティセンターまでお問い合わせください。

★上小鴨地区の説明会を 1月28日(金) 19:30～上小鴨コミュニティセンターにて行います。

主催：上小鴨地区地域づくり協議会 青少年育成部 問合せ・申込み 上小鴨コミセン 28-0953

倉吉市社会福祉協議会歳末たすけあい事業

スマイル☺️フォト ～こんにちは赤ちゃん ようこそ倉吉へ～
 赤ちゃんの写真を募集します！

応募はこちら↓



応募期間

令和3年12月1日(水)～令和4年1月20日(木)

写真掲示期間

倉吉福祉センター 令和3年12月15日～令和4年2月28日
 各コミュニティセンター 令和4年3月1日～5月31日

募集対象

倉吉市在住 令和3年1月1日～令和3年12月31日
 生まれの赤ちゃん

応募者プレゼント

応募者全員

おしりふき(3個入)

抽選

ブランケット(20名様)

*簡単なアンケートにお答えください



お問い合わせ：倉吉市社会福祉協議会 Tel.23-5600
 主催：社会福祉法人 倉吉市社会福祉協議会

防災だより

防災をもっと日常に！

～ 防災への意識を高め、大切な命と財産を守るために必要な備えを。～

雪の季節が近づいてきました。雪に備えての準備はお済みでしょうか？

今月は雪害について考えてみたいと思います。雪害の代表的なものとしては、以下のものが考えられます。

○除雪中の事故

- ・軒下で除雪中に落雪で埋まる、落雪が直撃する事故があります。晴れの日ほど屋根の雪が緩んでいるため要注意です！
- ・除雪作業は、何かあった時に対応できるように複数人で行なうようにしましょう。

○積雪・路面凍結による車での事故

- ・スノータイヤは早めに交換して除雪用スコップなどは車に積んでおく必要があります。
- ・車のエンジンをかけて除雪する際はマフラーの周辺を先に除雪し、一酸化炭素中毒にならないよう充分注意してください！

○建物やハウスの倒壊

- ・雪が降る前に周囲の建物やハウスを点検・補修をしておきましょう。

除雪・防寒グッズは手に入らないこともあるので早めに準備をして雪に備えましょう！

なお、消防車、救急車等の緊急車両の通行確保や生活機能の維持のためにも適切な除雪活動を皆で協同して行いましょう。



上小鴨地域づくり協議会 防災部

第29回 あたらご文化祭2021を開催しました！

学習発表会の様子を流しました。

11月6日(土)、7日(日)の2日間、コミュニティセンターにてあたらご文化祭2021を開催しました。両日ともに晴天で、のべ225の方にご来場いただき、地域の方の作品を見ていただくことができました。



小学校・保育園



DVD上映
「国鉄倉吉線 最後のSL」

懐かしい写真や映像を見て
思い出話に花が咲きました♪



昭和48年頃の上小鴨



地区作品



～報告～

体幹トレーニング教室 (10/24)

多くのトレーニング教室などを行っている、谷川哲也さんを講師に10月からスポーツ健康部主催で体幹トレーニング教室が始まりました。14人の参加があり、バランスボールを使ったトレーニングに悪戦苦闘しながらも、明るい講師の指導に楽しく体を動かしていました。



はこた人形顔描き体験 (10/24) 参加者12名

はこた人形工房の山脇和子さん、牧田能裕さん(上古川)を講師に迎え、顔描き体験を行いました。はこた人形のルーツを聞いた後、実際に描きこむ作業を体験し、参加者は「難しい～」と言いながらも賑やかに、はこた人形を完成させました。



寄せ植え講座とお話 (11/1) 参加者15名

天野種苗店の天野博之さんを講師に寄せ植え講座と果樹についてお話いただきました。可愛らしい花材を用意いただき、参加者はそれぞれ好みの物を選び寄せ植えを行いました。お話ではキウイフルーツやレモンなど果樹について学びました。



〔年末の交通安全県民運動〕

12月13日(月)～12月22日(水)
 ゆとり持つ 時間に気持ちに 車間距離

