

今月の予定			
4日(火)	10:00～	上コ	市公連館長会
	11:00～	上コ	ふれあい給食サービス
	19:00～	上コ	自治公館長会
5日(水)	19:00～	上コ	保健福祉部幹事会
9日(日)	8:00～	体育館	体育館ワックスかけ
10日(月)	19:00～	上コ	中学生出番事業 打合せ会
11日(火)	19:30～	上コ	民児協定例会
18日(火)	9:30～	上コ	編集専門委員会
19日(水)	10:00～	上コ	第1回活動展代表者会
22日(土)	18:30～	中田堤	消防夏期訓練
23日(日)	10:00～	上コ	将来に備える ライフマネジメント・マネーセミナー
25日(火)	19:00～	上コ	総務部長会
27日(木)	19:00～	上コ	消防防災部長会・会計部長会合同会議
28日(金)	10:00～	上コ	なごもう会
9/3(木)	19:00～	上コ	社会文化部長会

講座・教室			
2日(日)	10:00～	上コ	防災講演会
9日(日)	10:30～	上コ	体幹トレーニング教室①
11日(火)	9:00～	上コ	「カムイのうた」上映会
19日(水)	9:30～	県立美術館	「谷口ジロー展」鑑賞ツアー
24日(月)	13:30～	上コ	夏休み子どもアート教室
25日(火)	9:30～	上コ	健歩教室 歩くだDay
30日(日)	10:30～	上コ	体幹トレーニング教室②

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「みんなが元気でおい～会」

6日、20日、27日(木) 10:00～11:30

サークル・同好会

切り絵	7日(金)	13:30～
筆もじ	お休み	
いけばな	6日(木)	13:30～
カラオケ	12日、19日、26日(水)	19:45～
絵手紙	17日(月)	13:30～
ヨ ガ	18日(火)	13:30～
3B体操	26日(水)	10:00～
真向法体操	18日(火)	14:00～
グラウンドゴルフ同好会	(夏期時間)	
上小鴨コミュニティセンター芝広場	毎週月曜日	8:30～
上小鴨健康広場(保育園跡地)	毎週水・金	8:30～

＜事務室閉室のお知らせ＞
下記の期間、事務室閉室いたします。ご迷惑をおかけしますが、施設は利用できますので事前にお声がけください。

8月13日(木)～8月16日(日)

小鴨小学校 今月の予定	
～31日	夏休み
9/1	始業式



倉吉市健康推進課 保健だより

夏は特に要注意！家庭でできる食中毒予防

夏(6月～8月)は細菌性食中毒が最も多く発生する時期です。原因となる菌は、「高温多湿の環境」を好むため、湿度が高くなる梅雨頃から食中毒が増え始めます。もう一つの要因としては、夏バテなどによる体の「抵抗力の低下」が挙げられます。予防のポイントを知り、暑い夏を乗りこえましょう！

食中毒予防の3原則

1「つけない」

- ・調理を始める前や、生の肉、魚、卵などを取り扱う前後に手を洗う
- ・まな板は使用の都度、きれいに洗う
- ・生の肉をつかむ箸と焼けた肉をつかむ箸は別のものを使う

2「増やさない」

- ・細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になるので、低温で保存する
- ・生鮮食品やお惣菜などは、購入後できるだけ早く冷蔵庫に入れる
- ・冷蔵庫に入れた後も早めに食べる

3「やっつける」

- ・加熱する(多くの細菌やウイルスは加熱によって死滅)
- ・特に肉は中心部を75度で1分以上加熱する
- ・肉や魚、卵などを使った後の調理器具は、洗剤でよく洗ってから熱湯で殺菌する

お腹が痛くなったり、下痢をしたり、気持ちが悪くなるなど、食中毒が疑われるような症状があった際には、早めに医療機関へ受診しましょう。



— 上小鴨地区の人口(自治公別) —

世帯数: 587帯 (R8.6月末現在)
男性: 622人
女性: 675人
合計: 1,297人 (65歳以上552人42%)

〒682-0934 鳥取県倉吉市上古川216-3

メールアドレス kokamio@ncn-k.net

Instagram「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



LINE



HP

上小鴨コミュニティセンターだより

かみおがも

8月号

令和8年8月1日発行

発行: 上小鴨コミュニティセンター

TEL 28-0953 FAX 28-6035



ブアナニ・アロハフラ倉吉



A-によばりーと



6月28日に地区敬老会をセントパレス倉吉にて開催しました。式典では、吉川副市長と、新会員を代表して米田耕作氏に挨拶を頂きました。

演芸では上小鴨保育園児による踊りと、ブアナニ・アロハフラ倉吉のフラダンス、音楽グループ“A-によばりーと”による懐かしい歌の披露でした。久し振りに会った参加者同士で話に花を咲かせたり、演芸を楽しんだり、とても良い会となりました。参加者 110人(敬老者84人、スタッフほか26人)

上小鴨地区敬老会

ぺんぎん家吾楽

落語会(7/5)

3回目となりました、落語会。

今回は、古今床今一番改め「ぺんぎん家吾楽」として落語会を開催しました。また、六代目桂文吾師匠を特別ゲストに迎え、笑いの絶えない落語会となりました。

落語終わりには、撮影会やサイン会が始まり、人気ぶりがうかがえました。

参加者 50人

演目

ぺんぎん家吾楽さん「味噌豆」「釜泥」
六代目桂文吾さん「加賀の千代」



演目: 味噌豆



演目: 加賀の千代

劇映画「カムイのうた」上映会

この映画は「アイヌ神謡集」を編纂したアイヌの女性、知里幸恵さんの生きた時代と半生を描いた映画です。

ゴールデンカムイなどでアイヌの文化について興味を持った方など、この映画を通してアイヌの人々の文化や人権について学んでみませんか？

日 時 8月11日（火・祝）
9：00～12：00
場 所 上小鴨コミュニティセンター
解 説 三谷 昇さん
参加費 無料



文化芸術部 「マンガを拓く 谷口ジロー展」鑑賞ツアー

「遙かな町へ」の原作者でもある、谷口ジロー氏をテーマとした企画展が県立美術館で開催されています。この機会にぜひ訪れてみませんか？

日 時 8月19日（水）9：30～12：00
場 所 鳥取県立美術館（現地集合）
観覧料 20人以上（団体料金） 1,200円
20人以下 1,500円
申込み 上小鴨コミュニティセンター（※切 8/10）

夏休み子どもアート教室 「透かし和紙でつくる ほうずき」

日 時 8月24日（月）13：30～15：30頃
場 所 上小鴨コミュニティセンター
講 師 臨床美術士 井上陽子さん
定 員 小学生 20人（先着順）
参加費 500円（材料費）
申込み 上小鴨コミュニティセンター又は
Googleフォーム（※切 8/7）



申込みはこちら

【 健歩教室 歩くだDay 】

かなり暑いですが、熱中症対策をしながら一緒に歩きましょう～

日 時 8月25日（火）9：30～10：00
場 所 上小鴨コミュニティセンター 集合
桜ロードをウォーキング
持ち物 飲み物、タオル
参加費 無料
問合せ 上小鴨コミュニティセンター



【 体幹トレーニング教室 】

6月お休みだった分の振替として8月に2回教室を開催します。夏の暑さに負けない体作りにぜひ！

日 時 1回目 8月 9日（日）10：30～11：30
2回目 8月30日（日）10：30～11：30
場 所 上小鴨コミュニティセンター
講 師 アスレティックトレーナー 谷川哲也さん
持ち物 運動シューズ、汗拭きタオル、飲み物
ヨガマット又はトレーニングマット
バランスボール（貸出可能）
問合せ 上小鴨コミュニティセンター



参加費
無料

【 防災安全部主催 避難所体験 】

大地震後の避難所生活の一部を、避難所運営のカードゲームを通じて体験してみませんか。まずは机上で「避難者の目線で心がける要点」を理解することを目的に、体験してみましょう。

日 時 9月6日（日）9：30～11：30
場 所 旧上小鴨小学校体育館
講 師 日本赤十字社鳥取県支部職員
参加費 無料
問合せ 上小鴨コミュニティセンター



地域保全産業部 講演会 「空き家にしない～相続のタイミング～」

高齢者世帯等が居住する居宅が将来空き家とならないよう、相続や活用方法等について事前に家族や親族と検討することを促し、意向の明確化等により空き家の発生抑制につなげる試みとして取り組んでいます。

日 時 9月6日（日）15：00～16：00
場 所 上小鴨コミュニティセンター
講 師 とっとり空き家利活用推進協議会
司法書士 濱川康夫 氏
問合せ 上小鴨コミュニティセンター



【 倉吉張子干支絵付け～未～ 】

来年の干支「未（ひつじ）」の絵付けを行います。初めての方でも大丈夫！ぜひ新年に向けて張子を作ってみましょう。お一人何個作ってもOKです

日 時 9月13日（日）13：00～14：30
場 所 上小鴨コミュニティセンター
講 師 倉吉はこた人形保存会 山脇和子さん、牧田能裕さん
材料費 大 人（中学生以上） 1個500円
子ども（小学生以下） 1個300円
募集人数 20人
申込み 上小鴨コミュニティセンター（※切9/4）



環境講座

廃油せっけんづくり（全2回）



文化祭で配布する廃油せっけんと一緒に作りませんか？
廃油の活用方法を実践してみましょう！

日 時 9月4日（金）9：00～11：30
※2回目は終了後相談
場 所 上小鴨コミュニティセンター
人 数 5人程度
持ち物 マスク、エプロン（薬品を使う為）
熱中症対策の飲み物など
申込み 上小鴨コミュニティセンター（※切8/28）

将来に備える

ライフマネジメント・マネーセミナー



見直そう！マネープラン

詳細は全戸配布されるチラシをご覧ください。

日 時 8月23日（日）10：00～11：00
場 所 上小鴨コミュニティセンター
講 師 久保 幸民 氏（アクサ生命保険(株)鳥取営業支社長）
募集人数 20人程度
参加費 無料
申込み 上小鴨コミュニティセンター
申込み切 8/17（月）※期限をすぎても参加できます。
主催：アクサ生命保険株式会社鳥取営業支社



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 ～

家族で夕涼みがてら防災さんぽ

8月は猛暑・台風・豪雨・停電など複合的な災害が発生しやすい時期です。今回は盆休みに帰省される方が多いと思いますが家族で防災散歩してはどうですか。

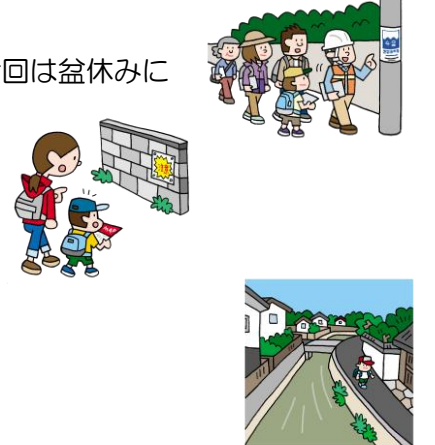
防災さんぽチェックしたい“危険ポイント”

防災さんぽの基本は「避難ルートを歩いて危険を見つけること。」

- ・古いブロック塀・瓦屋根の家 → 地震時に倒壊・落下の危険。
- ・土砂災害の恐れがある箇所 → 大雨や地震の時に土砂崩れ危険。
- ・狭い道・段差・側溝 → 夜間避難時に転倒しやすい。
- ・河川沿いの道・低地 → 豪雨時の冠水・増水リスク。
- ・避難所までの複数ルート → 行き帰りは別のルートで危険度を比較する。

今一度、危険箇所と避難ルートの確認をしよう。

※水分補給は忘れずに！



～自治公民館だより～

上古川 ご紹介

上古川は、小鴨谷の豊かな自然に抱かれ、古くから人々の暮らしと文化が息づいてきた歴史ある集落です。その歩みは、平成2年に上古川自治公民館が編纂した『おがも谷上古川史』に詳しく記され、先人たちが築き上げた地域の姿を今に伝えています。

記述の一部を紹介すると、その昔上古川は作州往来の道筋であり、旧国道が村の中を通っていて、市場から上古川に入り古川泉水を東へ曲がり、前川筋を南に進み堂の門から石塚、関金を経て犬狹峠を越え作州勝山へと続く道のりであったとされています。

ここに登場する「古川泉水」とは、下条小区に古くから存在する霊泉で、かつては旅人の喉を潤したり地域住民の生活用水として重宝されていたとのこと。しかし、時代の流れとともに荒廃し見る影もなかったが、昭和62年に地元の有志により整備がなされたことで昔の姿を取り戻し、現在も霊泉として大切に守られています。

また、上条小区には久米郡十番札所となっていた観音堂が建立されていたが、度重なる水害で倒壊し、現在は「堂の門」がその名残りを留めている。かつてこの堂の門では毎年8月15日に盆踊りが行われ、近村にも知れ渡るほどの催しだったようである。そして、今でもその伝統を受け継ぎ、8月15日は「じげまつり」として盆踊り、屋台等が催され、上古川の夏の風物詩となっております。その他にも、石畳道路、上古川神社など歴史的価値の高いものが数多く存在しておりますので、上古川にお立ち寄りの際は、かつての物語に思いを馳せながら、これらの場所を散策してみても如何でしょうか。

上古川自治公民館長 熊谷博文



◎企画委員会にて日程等が決まりましたのでお知らせします。詳細は9月号以降掲載します。

- ・ふれあい運動会 9月27日（日）13時～15時頃 会場：旧上小鴨小学校体育館
- ・あたご文化祭 10月31日（土）、11月1日（日） 会場：旧上小鴨小学校体育館・校庭

ありがとうございました 香典返しのご寄付をいただきましたのでご報告いたします。謹んでお悔やみ申し上げます。

佐々木 敬宗 様（住吉） 金一封（故・母 幸子 様）