

2023年

6月行事予定

日	月	火	水	木	金	土
『マイナンバーカード・ポイント申請』※カードの更新はできません。 日時：6月13日(火) 10時~14時 場所：北谷コミュニティセンター 問合せ：倉吉市役所市民課 (☎27-0007)				1 地域安全総会 19:30	2	3 交流GG大会 9:00 (久米農村広場)
4 ふれあい給食 (中野) 8:00	5 なごもう会 13:30	6 市館長研修会 9:30(上灘CC) かもがわ相談会 13:30 民協定例会 19:30	7 ぬのこ谷楽級② 13:30 食生活改善推進員会 13:30	8 ぬのこまつり 企画委員会 19:00	9	10 書道教室 13:30
11	12 厚生部長会 19:30	13 マイナンバーカード・ ポイント申請 10:00	14	15	16 ぬのこまつり出店団 体会 19:30	17
18 ふれあい給食 (大河内) 9:00 森林組合 地区座談会 10:00	19 神社巡り 10:00 なごもう会 13:30 ホットライン会議 13:30 13時~15時 事務室休室	20 コミュニティセンターサロン 10:00	21 生花教室 13:30 体育部長会 19:30	22	23 市公連研修会13:30 事務室午後休室	24 書道教室 13:30
25	26	27	28 食と健康(料理教室) 10:00	29	30	1

北谷コミュニティセンターだより

令和5年
6月号

北谷コミュニティセンター (平日9時~17時)
〒682-0604 鳥取県倉吉市福本 226-1
電話 (0858) 28-0969
FAX (0858) 28-6032
mail kokitada@ncn-k.net



単位:世帯、人

世帯数	524
総数	1,200
男性	580
女性	620
0~14歳	107
15~64歳	531
65歳以上	562

倉吉市ホームページ
自治公民館別・住民記録より

各種事業ご案内・参加者募集

『開運神社めぐり 2023』

久しぶりに神社めぐりを再開します。今回は卯年にちなみ縁のある2社へお参り予定です。現地では神社について学ぶ機会もありますので是非ご参加ください。

日時：6月19日(月) 10時~15時30分頃

集合：北谷コミュニティセンター

※10時までに集まり下さい(厳守)

行先：①白兔神社(鳥取市)

「因幡の白うさぎ」の舞台に建つ神社で神話の「白兔神」がお祀りされています。神話から「皮膚病」や「やけど」にご利益があると伝わっています。

②御湯神社(岩美町)

平安時代初期に創建された神社で、御祭神は白うさぎを助けた大国主命、妻の八上姫命、そしてその間に生まれた御井神になります。

参加費：昼食代1,500円(海ごはん×カフェ コンティノアール)

定員：先着20名

申込み：6月12日(月)までに北谷コミュニティセンターへ

主催：北谷コミュニティセンター



『七夕大作戦☆~届けよう!みんなの願い~』

恒例となりました七夕事業!北谷小学校の皆さんに協力してもらい七夕飾りを製作・展示します。期間中、コミュニティセンターにも短冊を準備しますので利用される皆様はご協力をお願いします。

■七夕飾り展示予定

7月7日~7月12日 コミセン敷地内

主催：北谷コミュニティセンター

『料理教室 ~食と健康~』

体に良い食生活を心がけ健康寿命を延ばしましょう!今回は介護予防に最適の料理を作ります!

日時：6月28日(水) 10時~13時頃

場所：北谷コミュニティセンター

内容：お肉を使った介護予防食(調理実習)

講師：北谷食生活改善推進員さん

準備：エプロン、三角巾

申込み：6月21日(水)までに北谷コミュニティセンターへ

「コミュニティセンター事務室休室のご案内」

● 6月19日(月) 13時~15時

● 6月23日(金) 12時~17時

職員一同、研修・事業等のため事務室を休室します。貸館は、通常通り行いますのでご利用の方はお早めにご連絡下さい。

お忘れ物です!!

カーキ色(茶系)のダウンベストをお預かりしています。お心当たりのある方はコミュニティセンターまでお願いします。(大会議室にて発見)



サークル 和い輪い

日にち：6月23日(金)
現地集合：13時15分 正面玄関付近
内容：農業大学校 校内見学
申込：6/10(土)までに大窪さんへ

日時：7月6日(木) 10時~
場所：北谷コミュニティセンター
内容：七夕飾り付け
※各自昼食用の米1合を持参
申込：6/30(金)までに大窪さんへ

北谷・出張介護相談会

日時：6月6日(火) ※次回7/4
13時30分~15時
場所：北谷コミュニティセンター
内容：介護に関する相談
介護保険の申請手続き
問合せ：かもがわ地域包括支援センター
(☎45-3888)

7月予定

▼ なごもう会
7月3日(月)

▼ ふれあい給食
7月2日(日) 長谷
7月20日(木) 食改

第34回

ぬのこまつり



日時：7月8日(土) 17時~21時
場所：久米農村広場
※雨天時、北谷小学校体育館

募集 ぬのこまつり出店団体

▼ 出店申込み締切

6月12日(月)までに申込書を事務局へ提出して下さい。
※申込書は各自治公館長さんへ配布しております。

▼ 出店団体会 6月16日(金) 19時30分~

各種事業報告

5/22(月)「きみがら人形を作ってみよう」

今年度最初のきみがら人形教室は、人形の製作に加え、材料になる藁の選別も皆で行いました。人形の芯となる部分なのでとても大切です。貴重な藁は地域の方にいただいたものになり大変助かりました。こういった下準備は大変ですが話しながらの作業は楽しく、とてもはかどりしました。



北谷コミュニティセンター

5/27(土)「卓球教室 開校式」

今年の卓球教室は受講生 6 名でスタートしました。ラリーが続けられるようになりたいです、6 年生なのでみんなを引っ張って練習をがんばりたいですなど、それぞれが目標を発表しました。

年度途中からの参加も可能ですので、ご希望の方は北谷コミュニティセンターまでご連絡ください。

北谷コミュニティセンター



北谷地区振興協議会・青少年育成協議会・同和教育推進協議会の令和 5 年度総会にて役員及び事業内容が決定しました。三役をご紹介します。(敬称省略)

北谷地区振興協議会

会長 笠見 猛
副会長 上野 寿美
副会長 前田 直樹

北谷地区青少年育成協議会

会長 前田 直樹
副会長 藤本 啓介
副会長 山脇 勲
副会長 牧原 瞳

北谷地区同和教育推進協議会

会長 阪本 幸雄
副会長 福井 大和
副会長 岩垣 和久

北谷コミュニティセンターサロン

期 日：毎月第 3 火曜日

次回▶6月20日(火) 10時~12時

「e スポーツ」と茶話会をします。

※e スポーツに興味のある方はぜひこの機会にお越し下さい♪

参加費：毎回 100 円

美味しい飲み物とお菓子をご用意(カップは持参)

主 催：北谷コミュニティセンター

🌸 予約がなくてもお受けいたしますが、原則、参加者の方は前日までに北谷コミュニティセンターにご連絡ください。

🌸 送迎は行っておりません。

🌸 各回ごとの参加不参加は自由です。

5月サロン



前回は引き続き、任天堂 switch (ゲーム機) を使い e スポーツにチャレンジしました。今回は音楽にあわせて元気よく太鼓を打ちます！リズムに合わせて打つのは中々難しかったですが、皆でワイワイ楽しめる良きツールとなりました♪

※e スポーツ
コンピュータゲームをスポーツ競技としてとらえる際の名称。

だより
保健

熱中症について



熱中症は、高温多湿な環境にいて、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく、屋内でも発症し、重症になると命に関わる場合もあります。

熱中症警戒アラート 発令時は特に熱中症に注意しましょう!

●熱中症警戒アラートは、令和 3 年度から全国を対象に、熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境(暑さ指数(WBGT)が 3.3 以上)になると予測される日に発令されます。

【熱中症の症状】

軽 症：めまい・立ちくらみ・筋肉痛
汗がとまらない

中等症：頭痛・吐き気・体がだるい(倦怠感)

重 症：意識がない・けいれん・体温が高い
呼びかけに対し返事がおかしい
まっすぐに歩けない

【熱中症の予防法】

- ・日傘や帽子を使う
- ・涼しい服装にする
- ・水分をこまめにとり塩分の補給も忘れずに
- ・日陰を利用するなどこまめに休憩する
- ・暑いときには農作業や運動など無理をしない
- ・扇風機やエアコンで温度をこまめに調整

倉吉市保健師

だより
SDGs

今回から始まった「SDGs だより」 SDGs (エスディーゼーズ) という言葉、ニュースやラジオなどで見聞きしたり、企業が SDGs に取り組んでいるという情報を知っているという方も多いのではないのでしょうか。とっとり SDGs 伝道師が具体的な内容や鳥取県内の事例紹介を交えながら解説していきます。

はじめに

SDGs とは、Sustainable Development Goals の頭文字をとった言葉で、SDGs はエスディーゼーズと読みます。日本語に訳すると「持続可能な開発目標」です。2015 年に国連総会で採択された世界共通の目標です。

持続可能な開発って?

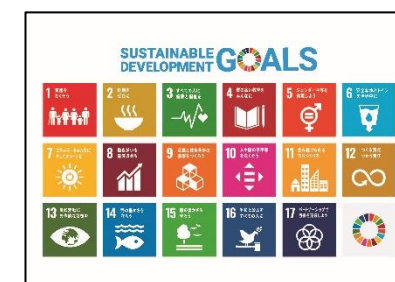
では、持続可能な開発とはなんのでしょうか。国連では「将来の世代の欲求を満たしつつ、現在の世代の欲求も満足させるような開発」と定義されています。

持続可能
今・自分のまわりのこと
だけでなく、未来の
みんなや地球も今みた
いに暮らせること

開発
みんなが安心して、自分
の能力を十分に発揮しな
がら満足して暮らせるよ
うにすること

持続可能な開発
将来の世代のための環
境や資源を壊さずに、
今の生活をよりよい
状態にすること

来月からは 17 の目標それぞれについて詳しく解説していきます!



とっとり SDGs 伝道師



洋谷 友子

(なだたに ゆうこ)
鳥取県における SDGs の普及啓発や実践促進のため、県内で開催される研修会等で SDGs の理念の普及や事例紹介等を行っています。