

※講座等で職員が不在の場合があります。ご理解をお願いします。

日	月	火	水	木	金	土
* 予定されている行事、事業、活動等が変更される場合があります。ご理解いただきますようよろしくお願いいたします。						1
ふれあい給食 9-23(日)						
なごもう会 10-24日(月)						
2	3 川柳 自治公館長会 19:30	4 健康本極拳	5 吹き矢 ちぎり絵 9:30	6 ラージ・布ぞうり	7	8 土の会
9 土の会 県知事・県議会議員選挙	10 ノルディック	11 健康本極拳 あい♡リスン 10:00	12 手芸	13 ラージ・水墨	14 うた コミセン職員研修会 午後 体育館開放委員会 19:30	15 コミュニティセンター職員研修会のため14日午後、職員は不在です。ご了承ください。
16	17 スマホLINE教室 10:00 地区振役委員会 19:30	18 健康本極拳 地区社協役員会 19:30	19 吹き矢・版画 男のクラブ 10:00 コミュニティ連合会総会 19:30	20 ラージ・布ぞうり 体育部会 19:30	21 隣のDAI学院 10:00	22 土の会
23 土の会	24 地区同研役員会 19:30	25 健康本極拳 切り絵 まるごと会議 13:30	26 手芸	27 ラージ・水墨 となりのこうみんかんクラブ 午後	28 うた 地区振興協議会総会 19:30	29 昭和の日
30	ブルー・レイズ小鴨コミセンライブ開催 4/9(日)14時スタート (企画・運営)ブルー・レイズ (連絡先)090-3179-6313(丸田さんまで) 来場者の方に生バンドで歌っていただける曲を準備しています。詳しい内容は小鴨コミュニティセンターにチラシを置いています。					

クラブ・同好会の予定

ラージ: ラージボール同好会(ラージボール卓球) 毎週木曜日午後1時30分～3時30分	版画: 版画クラブ 第3水曜日 午後1時30分～3時30分
手芸: 手芸同好会 第2・4水曜日 午前10時～午後3時	切り絵: 切り絵を楽しむ会 第4か第5火曜日 午前10時～12時
水墨: 水墨同好会(日本画) 第2・4木曜日 午後1時30分～3時	ノルディック: ノルディック・フレンズ(ノルディック・ウォーキング) 隔週月曜日 午前9時10分～11時
土の会: 陶芸同好会 第2・4土・日曜日 午後2時～4時	うた: ぶち・カナル(コーラス)第2・4金曜日 午後1時30分～3時
川柳会: 小鴨川柳会 第1月曜日 午後1時30分～3時30分	吹き矢: スポーツ吹き矢を楽しむ会 第1・3水曜日 午後1時30分～3時
健康本極拳: 太極拳 毎週火曜日午前10時～11時30分	ちぎり絵: ちぎり絵サークル 第1水曜日 午前9時30分～11時30分
布ぞうり: 布ぞうりクラブ 第1・3木曜日 午前10時～13時	

小鴨地区食生活改善推進員より

白ねぎのポタージュスープ



食材を無駄なくおいしく

小鴨地区食生活改善推進員会のマスコットキャラクターです！

- (材料) 4人分
- ◆白ねぎ 300g(2～3本)
 - ◆だし汁 300ml
 - ◆牛乳 300ml
 - ◆味噌 大2

- (作り方)
- ①白ねぎを薄切りにする。
 - ②鍋にだし汁、白ねぎを入れて火にかけ、煮立ったら弱火にして焦げないように注意しながら、5～7分煮る。
 - ③②のあら熱が取れたら、ミキサーに入れてかける。
 - ④③を鍋に戻し、牛乳と味噌を加え、再び火にかけ、煮立つ直前に火を止める。
 - ⑤器に盛りつける。



★白ねぎの青いところも丸ごと使ったスープです。ねぎのうまみをたっぷり味わうことができるまろやかなスープです。

おがもコミセンだより

小鴨コミュニティセンター発行 令和5年4月1日No. 25

倉吉市中河原772-6 TEL 28-0964 FAX 28-6034

Email koogamo@ncn-k.net

http://www.ncn-k.net/koogamo/

開館時間:月～金 午前9時～午後5時

令和3年4月より倉吉市小鴨公民館から小鴨コミュニティセンターになりました。



メール用



HP用



ブログ用

【もくじ】 1ページ:今月のお知らせ ほか 4ページ:今月の行事予定、食生活改善推進員より ほか
2・3ページ:先月の様子、川柳、笑顔だより ほか

4月のお知らせ

講座・教室のお申し込みについて
FAX、メールの場合は、名前、住所、電話番号、申込講座名をご記入ください。
詳細は、小鴨コミュニティセンター(電話28-0964)までお問い合わせください。

4/11
(火)

毎月第2火曜日は「あい♡リスンコミュニティ・おがも」

地域の人たちが集まって過ごしてもらおう場所をつくっていますのでお気軽にお立ち寄りください。倉吉市社会福祉協議会の職員さんも来られますので、相談がある方もお越しください。

日時:4月11日(火)午前10時～11時30分

場所:小鴨コミュニティセンター・やまびこ人権文化センター

- ◆季節行事の飾りづくり 「こいのぼり作り」
- ◆花一輪の健康法

4/17
(月)

スマホ教室「LINEを使ってみよう」

LINEの基礎から始めます。参加費は無料です。

日時:4月17日(月)午前10時～11時30分

場所:小鴨コミュニティセンター・やまびこ人権文化センター

講師:ドコモショップ倉吉河北店 講師 定員:15人

申込締切:4月12日(水)

申込先:小鴨コミュニティセンター(電話28-0964)



4/19
(水)

男のクラブ「カフェ」

(参加費:コーヒー100円)

午前10時～11時 小鴨コミュニティセンターにて

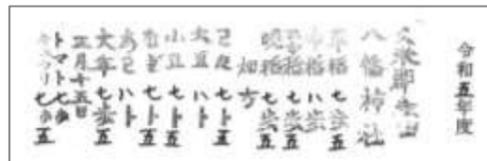
感染予防対策をしながら開催中!

【4月のミニ講座】
寸劇「小鴨歌合戦」
ヤクルト健腸教室



「小鴨のひと・こと・もの」紹介

生田の管粥(くだがい)



（右から）
わ せ
な くて
に ちゅ
お くて
わ た 煙 方
だ い ず
あ す き
む ぎ
あ わ ぎ
大 年
正 月 十 五 日
ト マ ト
キ ュ ウ リ

生田では毎年、旧暦の1月14日に「管粥神事」が八幡神社こもり堂で執り行われています。今年の旧暦1月14日にあたる日は、2月4日でした。管粥とは粥占で、農作物の出来を占うものです。今年は中稲や晩稲は大変出来が大変良いそうです。

現在、栽培されている稲の品種に当てはめると、早稲は「ひとめぼれ」、中稲は「コシヒカリ」、二中稲は「星空舞」、晩稲は「きぬむすめ」だそうです。

大年とは、全体の平均を表すもので概ね平均値と一致するそうです。今年は七分五が多いので、平年よりも良いのではないかとされています。

2・3月の様子

小鴨コミュニティセンター主催事業や、各種団体の活動を紹介しています。

2月26日(日)

親と子の小学校入学前交流講座



4月に小鴨小学校に入学する年長児と保護者を対象に開催しました。保護者はとっとり子育て親育ちファシリテーターの河本純子さん、園児たちは船上山少年自然の家指導員三木雅司さんを講師に迎え、親子分かれて活動しました。保護者は、疑似体験やペアでの話しあいなども交えて話を聞きました。園児たちは初めて同士でも仲良くなったようでたくさん笑顔が見れました。

3月14日(火)

あい・リスンコミュニティ・おがも

色上質紙で箱、新聞紙で袋を作りました。「練習して覚えたはずなのに忘れちゃったわ。」「どう折るんだっけ。」など、みんなでわいわい言いながら折りました。

『花一輪健康法』も、参加者が毎回楽しみにしています。選ぶ花や花器が、その人にぴったりで人を表しています。



おがも川柳会

ふきのとう目ざめ顔出す春の風	今流行スマホ決済持たず	恵方だと聞けど手応えなにもなし	口程に足も動けば丁度いい	思い切り断捨離したが念残る	老人はついて行けない流行語	良い事も悲しい事も春にある
----------------	-------------	-----------------	--------------	---------------	---------------	---------------

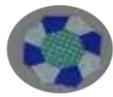
よう子	風露	白萩	祐子	寿々子	酔芙蓉	さち子
-----	----	----	----	-----	-----	-----

3月3日(金)

となりのこうみんかんクラブ

今年度最後のとなりのこうみんかんクラブでした。

宿題に取り組んだ後、地域の大人の人から教わりながら、折り紙でリースを作ったり、ゲームをしたりして過ごしました。



3月15日(水)

男のクラブ

小鴨音頭シニア版の歌と踊りの披露と、牧原 瞳さんのピアノミニコンサートがありました。



3月16日(木)

子育てママ講座 ソーイング教室



くまこ屋松下ゆかさんを講師にお迎えしました。エプロンに絵本バック、巾着袋など参加者が思い思いのものを、アドバイスしていただきながら作成しました。

3月17日(金)

隣のDAI学院 私たちの歩みを映像で振り返ってみました



隣のDAI学院学級生が映っている過去のDVDを見たあと、小グループに分かれて意見交換をしました。集まって話をする機会が大事でこの先も続けていけたらとの感想もありました。

(小鴨地区振興協議会よりお礼) 3月19日、22日にサロンコンサートを開催しました。昨年、一昨年と中止だったため、コンサートを心待ちにしてくださった方もありました。ご来場ありがとうございました。

3月11日(土)

おがもPMC

保護者：みんなで話そう！「いいなあ～こんな小鴨 わたしたちにできること」

児童：作品づくり「みんなで作ろう 桜の木」「うさぎの置物」

3年間の研究指定事業、最後の講座と閉講式を行いました。



保護者は中部教育局社会教育担当係長 徳永正樹さんをお迎えしグループでラベルワークを、児童は伊藤早希さんを講師に共同作品の桜の木、うさぎの置物を作りました。保護者は、3年間で振り返りながら今後に向けて話しあいをしました。児童は、毎年最後の講座で作成していた共同作品「桜の木」を作りました。閉講式では、3年間の思い出のスライドを見て懐かしみました。



3月20日(月)

健康教室「動きやすい身体にする体操」



土井智恵さんを講師にお招きし、骨盤を中心とした体操を教えてくださいました。30代～70代各年代で参加がありました。「肩こりのある人！」「小顔になりたい人！」etc先生の質問にみんなが挙手！参加者からは「身体を動かす前と後の変化にビックリ。身体は日ごろから動かさないといけないと痛感しました。」「身体が軽くなりました。」「家でもできることを続けていきたい。」など感想がありました。

☺ 小鴨コミセン笑顔だより ☺

新年度を迎えて

桜の季節を迎え、新年度がスタートしました。新入生と新社会人の門出を地域の皆さまでお祝いし、ふれあいロードの満開の桜とともに見守りたいですね。

さて、コロナ渦により住民の皆さんが集う地域行事や会合が中止となったり制限付きとなって三年が経過してしまいました。幸いにも先月よりマスクの着用が個人の判断に委ねられるようになり、五月の連休明けには感染症二類から五類に変更になるなど、国もコロナ渦前の日常生活を取り戻すようにしているようです。小鴨コミセンでも三月には自治公役員研修会やサロンコンサートなど室内としては比較的大人数の参加者を迎える事業が開催されました。しかし、まだ新型コロナウイルスが終息したわけではありませんので、引き続き感染対策を施しながらも徐々に皆さまに集まってもらう事業が通常通りに実施されるように向けていきたいと思っています。



世界的には戦争や大規模地震などまだまだつらい出来事が続いています。私たちの身近ではカーシェア倶楽部の「日本海新聞ふるさと大賞」受賞、新関取「落合」とWBC侍ジャパンの大活躍など明るい話題が盛り沢山です。今年度も明るい地域の話題を数多く耳にすることを心待ちにしています。いや皆さん一人一人が健康で、明るい話題を自らが沢山作っていきましょう。

皆さまの小鴨コミセン利用時のマスク着用につきましても、個人の判断にお任せする方針ですが、手指の消毒と換気はよろしくお願ひします。