

日	月	火	水	木	金	土
【小鴨地区振興協議会よりお礼】 ◆7月28日開催おがも笑顔のまつりには多くの方にご来場いただきありがとうございました。 ◆みつぼし踊り大会では、「笑顔さんさん小鴨隊」として参加しました。 沿道でのあたたかいご声援ありがとうございました。 					1	2
3 交通安全推進大会 13:00	4 川柳 民児協定例会 19:00	5 健康太極拳 文化祭打ち合わせ 19:30	6 吹き矢 ちぎり絵 9:30	7 ラージ・布ぞうり	8 うた	9 土の会 青少年協育成部 「中学生のつどい」
10 土の会	11 ノルディック スマホ教室 9:30 11:00	12 健康太極拳 あい♡リスン 10:00 となりのこうみんかん クラブ 14:20	13 手芸	14 ラージ・水墨	15 シニアクラブ研修会 (スマホ) 13:30 体育館開放委員会 19:30	16
17	18 敬老の日 地区敬老会記念品配布 10:00	19 健康太極拳 シニアクラブ研修会 (ポッチャ) 13:30	20 吹き矢 男のクラブ 10:00	21 ラージ・布ぞうり ママ講座 10:00	22 うた 健康教室 10:00 みんなで歌いましょう 13:30	23 土の会
24 土の会	25 ノルディック 健康講演会 19:30	26 健康太極拳 切り絵	27 手芸	28 ラージ・水墨	29 たより等配布日	30

ふれあい給食 10・17(日)

なごもう会 11・25日(月)

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
手芸:手芸同好会 第2・4水曜日 午前10時～午後3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
土の会:陶芸同好会 第2・4土・日曜日 午後2時～4時
川柳会:小鴨川柳会 第1月曜日 午後1時30分～3時30分
健康太極拳:太極拳 毎週火曜日午前10時～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

9/30
(土)

小鴨小学校「小鴨なかよしハイキング」で
子どもたちと一緒に歩いてくださる方を
募集します

日時:9月30日(土) 午前8時～12時
(雨天の場合はレクリエーションの予定)
申込締切:9月15日(金)
申込先:小鴨コミュニティセンター(電話28-0964)

集合時間:午前8時(受付7時45分から)
集合場所:小鴨コミュニティセンター

約5キロ、3コースに分かれて歩きます。

※コース等の詳細は、申し込みいただいた方に後日、ご連絡します。
※当日は、子どもたちの安全確保と地域に関するお話のお手伝いをお願い
します。

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
【9月のミニ講話】「暮らしに役立つ図書館活用術+出張
音読教室」 講師:倉吉市立図書館職員さん

版画:版画クラブ 第3水曜日 午後1時30分～3時30分
切り絵:切り絵を楽しむ会 第4が第5火曜日 午前10時～12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
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
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
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

10/11
(水)

小鴨地区振興協議会歴史文化部会よりお知らせ
小鴨地区の歴史・文化財探訪会
～小鴨地区の農業用水を学ぼう！

日時:10月11日(水)午前9時～12時 ※雨天決行
集合場所:小鴨コミュニティセンター
集合時間:午前8時50分(マイクロバスで移動します)
講 師:倉吉市文化財課 箕田拓郎さん
大鴨土地改良区 中村靖志さん
行き先:大山池、天神野台地、中河原樋門ほか
申込締切:9月29日(金) 定員:30人程度
申込先:小鴨コミュニティセンター(電話28-0964)

*参加費は無料です。 *飲み物等ご準備ください。

おがもコミュニティセンターだより

小鴨コミュニティセンター発行 令和5年9月1日No. 30

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、ほか
2・3ページ:先月の様子、川柳、笑顔だより、食生活改善推進員より、小鴨地区自治公民館協議会より(運動会について) ほか

9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。

9/12
(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う場所をつくっていますの
でお気軽にお立ちください。

日時:9月12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

◆チラシを使って
エコ肩たたき棒を作ります
◆花一輪の健康法は
お休みします



9/22
(金)

歌のクラブ企画「みんなで歌いましょう」

歌のクラブ「ぶち・カナル」企画の講座です。どなたでも参加できます。
「愛のまち くらよし」を一緒に歌いましょう。

日時:9月22日(金) 午後1時30分～3時

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:富盛美幸さん ※飲み物等各自ご持参ください。



◆下記の3講座の申込先 小鴨コミュニティセンター(電話28-0964)

9/11
(月)

スマホ教室

初心者向け、再受講者向けに分けて開催しています。
再受講者のかたも初心者向けに参加できます。

期日:9月11日(月)

時間・内容:①初心者向け…午前9時30分～10時30分 「はじめてのスマートフォン」
②再受講者向け…午前11時～12時 「アプリをしよう」

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

申込締切:9月4日(木) (定員は①②各15人。) *申込時には、①、②のどちらの受講かをお伝えください。

【スマホ教室】10月以降の内容は次のとおりです。 ①初心者向け ②再受講者向け ◆10月16日:①カメラをしよう②マップを使いこなそう
(申込締切10/10) ◆11月20日:①インターネットをしよう②LINE(1) (申込締切11/13) ◆12月18日:①アプリをしよう②LINE(2) (申込締切12/11)

9/21
(木)

子育てママ応援講座

小鴨地区で子育て中のママ、プレママを応援する講座を開催します。
一緒に来られるお子さまに必要なものをご持参ください。

日時:9月21日(木) 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:野見 円さん(チトのゆび)

材料費:500円 申込締切:9月11日(月)

※メールで
の申し込み



9/22
(金)

健康教室「動きやすい身体にする体操」

日時:9月22日(金) 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:MAKANA 土井智恵さん(カイロプラクター)

持ち物:ヨガマットまたはバスタオル、タオル、水分補給の飲み物 申込締切:9月19日(火)

※メールでの申し込み可

◆次回10月20日(金)
時間は午前10時から
今年度は10月で終了です



8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。

8月7日(月)・10日(木)・23日(水) 小学生対象の教室

8/7・10 小学生なつやすみ教室開催

★朝の会



高学年が日直をしてくれました。

★1時間目：宿題

出席確認をしてから、それぞれ夏休みの宿題に取り組みました。地域の方に見守っていただきました。



★2時間目：体育

7日:モルック
10日:ポッチャ

スポーツ推進委員の杉谷さんに教えていただきました。「みんなで協力できて楽しかった」と子どもたちからの感想が多くありました。



★3時間目：家庭科 7日:おむすびをつくろう 10日:給食のことを知ろう



◀食生活改善推進員さんに教えていただきながら、おむすびを作りました。



◀給食センター栄養士さんに教えていただきました。人気メニューを会食しました。

8/23 なつやすみ文化教室「書道教室」



廣谷静枝さんを講師に迎え開催しました。字を書く楽しさを伝えてくださいました。

8月16日(水)

男のクラブ 「意外と知らない鳥取の『梨』の姿」

8月のミニ講座は、鳥取二十世紀記念館(なしっこ館)参事 吉田 亮さんを講師に迎え開催しました。



なしっこ館にあるシンボルツリーのお話等、参加者は興味深く聞き入っていました。



おがも川柳会

自転車で酷暑は辛いヘルメット
被災地を思うと胸が熱くなる
目覚ましより早く起きた日自信つく
雨淹のしぶきをあげて生き返る
幼子は花火のドンで抱きついた
老いてなお熱中出来る趣味がある
年取れば感謝の心どなたにも
二階から見ると牛鬼のかいこと

白萩 酔芙蓉 風露 みえ子 よう子 寿々子 敦子 祐子

8月8日(火)

あい・リスンコミュニティ・おがも



バルーンアートに挑戦しました

できました～



バルーンアート後、談笑中～



花一輪の健康法も毎回好評です。心癒されます。

8月21日(月)

スマホ教室 「あんしん安全」「災害に備えよう」



8月は初心者向け「あんしん安全」、再受講者向け「災害に備えよう」を開催しました。

8月24日(木)

健康教室「動きやすい身体にする体操」

「同じことを長く続けることが効果的です。今の自分の身体の状態を知り、自分にあった体操を取り入れてみて。」とアドバイスいただき、熱心に取り組みました。



8月18日(金)

隣のDAI学院公開講座

「ふるさと小鴨小学校の子どもたち♡」

隣のDAI学院公開講座として小鴨小学校 井上達也校長先生を迎え開催しました。子どもたちの様子や先生の思いを伺い、地域で何ができるか考える機会となりました。



小鴨地区食生活改善推進員より

小松菜の和え物



小鴨地区食生活改善推進委員会のマスコットキャラクターです！

かんたん減塩レシピ

(材料) 1人分

- ◆小松菜 40g
- ◆えのき(瓶詰) 5g
- ◆かつお節 0.5g

(作り方)

- ①小松菜は茹でて、3cmくらいの長さに切り、水気をよく絞る。
- ②①に、瓶詰えのきとかつお節を入れ、混ぜ合わせる。

★小松菜の代わりに、ほうれん草、キャベツ、春菊など、季節の葉物野菜を使うのもおすすめです。★瓶詰えのきの味付けだけで、調味料を使わなくてもしっかりとした味が付きまします。★かつお節の香りと旨味で、おいしく食べられます。★瓶詰えのきのほかにも、海苔の佃煮や塩昆布などの加工品を使用することで、調味料の代わりになり、簡単に味付けができます。★小松菜の水気をしっかり切ることで、瓶詰えのきの味がよく馴染みます。



☺ 小鴨コミセン笑顔だより ☺ 秋の台風シーズンに備えて

今年の夏は記録的な猛暑に加えて、台風6号、7号による大風や大雨の被害に見舞われました。8月15日には市内に避難所も開設されて、小鴨地区の避難所(西中学校)に一時避難された方もおられたとお聞きました。家の中で垂直避難をされた方もおられたでしょうし、不要な外出を控えたり、不安な夜過ごされた方はとても多かったと思います。



以前は異常気象と呼ばれた状況が近年は毎年起こっており、日常的なことで異常とは呼ばなくなってきているように思われます。

したがって、私たちはいつ災害にあい、被災者になるかわかりません。自らの生命はもちろん、大切な人の生命をどう守るか、財産をどう守るのかを日ごろから考えて備えておくことが大切でしょう。一時避難場所の確認、隣近所同士の安否確認についての申し合わせも必要だと思います。各家庭では断水、停電、道路の寸断に備えて数日分の水や食料をはじめ被災時に持ち出す備品の準備やチェックも必要でしょう。

各自治公民館でも避難訓練が計画されていると思いますが、小鴨地区防災訓練が倉吉市防災訓練と共催で、10月22日(日)の午前中に西中学校を会場に開催される予定です。主に避難所運営が中心となっていますので、関係者の皆さんの他に一般の皆さんにも、多くの皆様の参加をお待ちしています。