

日	月	火	水	木	金	土
11/19 (水)	男のクラブ「カフェ」 11月の内容 「県内の地域活性化事例」 鳥取県協働参画課、とっとり県民活動活性化センター職員さんよりお話を伺います。 午前10時～11時 小鴨コミュニティセンターにて (参加費: コーヒー100円)					1 ハロウィンパーティー 15:00 西中文化祭
2	3 文化の日	4 健康太極拳 環境講演会 19:30 GG交流会組み合わせ 19:30	5 ちぎり絵・吹き矢 交通消防部会 19:30	6 布ぞうり・ラージ	7 水墨 シニアクラブ大会 10:00	8 土の会(陶芸) OGC(おがもガールズコレクション) 10:00～14:00 西中学校にて
9 土の会(陶芸) 地区GG交流会 9:00	10 川柳/ハルティック	11 健康太極拳 おしゃべりサロン 10:00 社会福祉部会 19:30	12 手芸 総務部会 19:30	13 ラージ	14 うた 体育館開放委員会 19:30 文化祭の詳細は案内チラシをご覧ください	15 小鴨地区文化祭 午後1時より 小鴨コミセンにて
16 小鴨地区文化祭 午前9時30分より 小鴨コミセンにて 生活文化部会 16:00	17 ハルティック	18 健康太極拳	19 版画・吹き矢 男のクラブ 10:00	20 布ぞうり・ラージ 町内学習会反省会 19:30	21 隣のDAI学院 10:00 体育部会 19:00 ふれあいホリデー	22 土の会(陶芸) おでかけ教室(岩倉)
23 勤労感謝の日 土の会(陶芸) 11/23 ガールスカウト体験集会(ピザ体験)ご案内を3ページに掲載	24 振替休日 4地区少年少女のつどい	25 健康太極拳/切り絵	26 手芸/健康教室	27 ラージ カーシェアお出かけツアー(美保関神社ほか)	28 健康体操/うた	29 たのしくつながる おがもミーティング 13:00
30	なごもう会 10日(月)					(お知らせ)12/5(金)午後より、倉吉市コミュニティセンター活動展準備のためコミュニティセンター職員は不在です。ご了承ください。

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。

11・12月のお知らせ

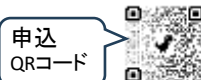
11/29
(土)

たのしくつながる おがもミーティング



日時:11月29日(土)午後1時～3時

内容:【第一部】高校生地域活動グループ
もうちゅう11の発表



(小鴨地区を中心に活動している高校2年生)

【第二部】中高生と地域の大人とのグループトーク

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

対象:小鴨地区在住の中学生・高校生・保護者・地域の大人

12/6・7
(土・日)

第7回 倉吉市 コミュニティセンター活動展

日時:12月6日(土)10時～16時/7日(日)10時～15時

場所:エスパック未来中心アトリウム

●活動紹介パネル●作品の展示

●体験コーナー(参加費無料)

6日13時～14時 お正月飾りづくり

7日13時～14時 ミニしめ飾りづくり

倉吉市内13地区
のコミュニティセ
ンターの活動を
紹介します!

12/2
(火)

子育てママ応援講座 「クリスマスミニリース」



小鴨地区で子育て中のママ、プレママどなた
でも参加できます。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:12月2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

内容:クリスマス用ミニリース作り(直径5cmくらい)

材料費:100円 申込締切:11月27日(木)

※メールでの申し込み可

12/6
(土)

食生活改善推進員の会よりお知らせ

健康教室 ～生活習慣病を予防しよう

日時:12月6日(土)午前10時～12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

対象者:おおむね74歳まで(他地区からの参加もOKです。)

内容:生活習慣予防の食事のお話と試食、塩味検査、10分運動紹介

持ち物:健診結果(昨年度のものでも可) 申込締切:11月26日(水)

申込先:倉吉市健康推進課(電話27-0030)

または小鴨コミュニティセンター(電話28-0964)

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7年11月1日No. 56

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

【もくじ】 1ページ: 今月のお知らせ 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、ガールスカウト体験集会(ピザ体験)ご案内 ほか

おでかけ教室 生田自治公民館 タイルアート教室

コミュニティセンター職員と講師が、自治公民館へ出向くおでかけ教室。20名を超える参加者があり、みなさん和気あいあいと話をしながら鍋敷きを制作しました。昨年コースターを作ったので、手際よく仕上げていました。作品は、地区文化祭やコミュニティセンター活動展で展示します。



女性のつどい交流会 山田みつばち農園・妖精の森ガラス美術館

女性のつどいは、JA女性会・食生活改善推進員会・更生保護女性会の3団体で構成されています。山田みつばち農園では、みつばちについて話を聞いたあと「ミツロウキャンドル」をつくり、ガラス美術館では、人形峠のウランを用いたガラス作品の美しさに魅了されました。久しぶりに元気で再会を喜ぶ姿もあり、参加者から「いい交流会だった。」との声がたくさんありました。小鴨地区の団体が交流することで、つながりを深め地域がさらに元気になっていけたらいいと思います。



10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。

10月8日(水)

健康教室

～身体を動きやすくする体操～

講師に土井智恵さんを迎え、全5回の教室が終了しました。今年度も好評で参加者から継続の要望が多く、グループとして活動していくことになりました。どなたでも参加できますので、興味がある方はお越しください。

曜日：第2水曜日(11月のみ第4水曜日)、第4金曜日

時間：午前10時～11時

参加費：1回500円



【参加者の声】

「終わったあとは、身体が軽くなり気持ちがいい」
「身体の動かし方のポイントを知ることができた」

おがも川柳会

初般を燃やし焼芋畔で食う
美人の手爪の先まで行きとどく
年取って足の爪切るひと苦勞
女性初高市総理焼き付ける
うまいなあ焼く煮るできる秋なすび
一夏の付き合いなれど馴染めぬ蚊
大の里投げてガッツの伯桜鵬
顔ぶれを追いかおろと阿蘇巡り
おろおろと財布を探すレジの前

風露 良子 白萩 寿々子 みえ子 敦子 酔芙蓉 よう子 祐子

10月21日(火)

つまみ細工でミニ羽子板づくり

講師に野田ゆりさんを迎え開催しました。作品は地区文化祭やコミュニティセンター活動展に展示します。



10月17日(金)

隣のDAI学院 夏休み振り返りトーク 「この夏をどのように過ごされましたか？」



みんなで近況報告を兼ねてお話ししました。次回は、倉吉の方言についてみんなでお話します。

小鴨コミュニティセンター主事 退職ごあいさつ

小鴨地区で地域の人たちに支えられて過ごした時間は、私の人生におけるかけがえのないひとときでした。短い間ではございましたが、お世話になりました。ありがとうございました。(松尾有沙)

▼10月号に掲載しましたが、材料の分量が間違っていましたので、再掲載します。申し訳ございませんでした。

小鴨地区食生活改善推進員より

丸ごとブロッコリーごはん



生涯骨太クッキング～低栄養予防

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！

(材料) 2人分

- ◆米 1合
- ◆ブロッコリー 1/2株(150g)
- ◆鶏むねひき肉 60g
- ◆しょうゆ 小さじ1と1/3
- ◆バター 8g
- ◆塩 小さじ1/5

(作り方)

- ①米は洗い、水気をよく切り、炊飯釜にうつし、しょうゆを入れ、1合の目盛りまで水を加え、30分浸水する。
- ②①にブロッコリー、鶏むね肉、バターを入れ、炊く。
- ③炊きあがったら、ブロッコリーをしゃもじでほぐし、塩を加え、全体を混ぜ合わせる。

シニアクラブ「男の料理教室」で作ったメニューです。



11/23
(日)

ガールスカウト鳥取県第4団よりお知らせ

ガールスカウト体験集会

～ガールスカウトのお友だちと手作りピザ体験をしよう～

日時 11月23日(日) 午前9時30分～午後1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

内容 ピザ生地作り～トッピングをしてピザ窯で焼いて食べる

持ち物 会費1人500円、エプロン、手拭き、軍手、水筒、その他天候に応じて必要なもの

参加対象 幼児(年長)、一般の小学生(保護者同伴で)

申し込みは11月16日(日)までに参加者の学年、氏名、保護者氏名と電話番号を下記連絡先まで

【連絡先】 ガールスカウト鳥取県第4団(倉吉市を中心に活動してる団) gstottori4@gmail.com

受付は遅くとも11時までに済ませてください。雨天でも実施します。

ガールスカウトってなあに？

世界最大の「少女と若い女性のための」社会教育運動です。詳しくは日本連盟公式HP→ <http://www.girlscout.or.jp/>

小鴨コミセン笑顔だより

楽しみにしています 文化祭！

朝夕すっかり秋めいた気候となり、紅葉が楽しみな時季が近づいてきました。

さて11月15日、16日に小鴨地区文化祭が開催されます。



秋と言えば「読書の秋」「スポーツの秋」「芸術の秋」など様々な活動に適した季節と言えます。児童生徒の作品をはじめ、住民の皆さまや創作グループの皆さまの作品等の展示が楽しみです。子どもコーナーやつくたてのお餅をはじめ食べ物の提供と販売、中高生生のボランティアから元気をもらったりと楽しみなことが色々と思ひ浮かびます。恒例となったオープニング(13:00～)での風船飛ばしも多くの皆さんに楽しんでいただきたいと思います。

短い期間ではありますが地域の皆さまに多数ご来場いただいて、作品鑑賞や催し物を楽しんでいただきたいと思います。