



行事・会合予定

日	曜日	時間	内容
1	火	10:00	ふれあい給食役員会
2	水	10:00	なごもう会
3	木		
4	金	18:00 18:30	西郷地区まちづくり協議会役員会 自治公民館長会
5	土		
6	日		
7	月		
8	火		
9	水	10:00	第7回館長杯パットゲームスター大会
10	木		
11	金	19:00	地域振興部会
12	土		
13	日		
14	月	10:00	住民スポーツの日：モルック体験教室
15	火		学校開放企画運営委員会
16	水	10:00 18:30	なごもう会 健康づくり活動勉強会
17	木		
18	金		
19	土		
20	日		
21	月		
22	火		
23	水		
24	木		
25	金		
26	土		
27	日		
28	月		
29	火		
30	水		
31	木		
4/1	金		
2	土		
3	日		



西郷地区人口集計
()内は前月比
世帯数 2,220戸(+3)
人口 4,757人(+9)
男 2,262人(+3)
女 2,495人(+6)

(令和4年1月末現在)
倉吉市住民記録人口集計より

各教室の活動予定

- 【ストレッチ教室】
3月28日(月) 13:30~
- 【お茶を楽しむ会】
3月18日(金) 13:30~
- 【ラウンドダンス】
未定
- 【西郷シニア元気塾】
3月9日・23日(木)
10:00~
- 【囲碁教室】
3月9・23日(水)
13:30~
- 【絵手紙教室】
3月17日(木) 13:30~
- 【川柳教室】
3月28日(月) 13:30~
- 【草の実俳壇】
3月16日(水) 10:00~

※新しい仲間を募集しています。

西郷コミュニティセンター
〒682-0031
倉吉市下余戸118-1
【電話】(0858) 26-2046
【FAX】(0858) 26-3653
開館：月～金
9:00～17:00
(祝祭日を除く)
利用：9:00～22:00

西郷コミュニティセンターだより



【メールアドレス】
kosaigou@ncn-k.net

【ホームページ】



QRコード

「新しい健康づくり推進体制と地域の健康づくり活動に係る勉強会」のご案内

主催：西郷地区まちづくり協議会 地域振興部会
倉吉市ではこれまでの倉吉市民健康づくり推進員制度に替えて、地域における市民の自主的な健康づくり活動や市が実施する保健事業をより効果的に推進するための体制づくりを進めています。つきましては、西郷地区において推進体制の一翼を担っていただくことになる方々に、その趣旨をご理解の上ご協力いただくため、標記の勉強会を開催しますので、大変ご多用のこととは思いますが、ご参加いただきますようお願いいたします。

なお、参加にあたっては、必ずマスクを着用してください。



<日時> 3月16日(水) 18:30～19:30

<場所> 西郷コミュニティセンター 2階大会議室

<説明者> 倉吉市健康福祉部健康推進課 矢木主任保健師

<参加対象> 各自治公民館長、各自治公民館衛生部長、地域振興部会員、その他希望者

- <説明内容> ①推進体制について
②健康状況の現状と課題について
③その他

<連絡先> 西郷地区まちづくり協議会事務局 (西郷コミュニティセンター) TEL: 26-2046まで

若桐山

一月の終わり頃から二月の初旬にかけて、山根から西郷小学校までの道縁に、自然と目に映るようになった花があります。それほど意識してきたわけではないのですが、それぞれの家の庭に植えられた臘梅(ろうばい)の美しさが強く印象に残りました。また、二月中旬になると、梅の花にも気づくようになりました。

そんな中、毎日、中部保健所管内のコロナ感染者の数を確認しています。学校や事業所でのクラスターが発生したことを聞くたびに複雑な思いにとらわれまじた。身近に迫る目に見えない危機に対し、なすすべもなく過ごしています。そのうちいつの間にか自分も、家族も感染するのだろうと思うと心が重くなります。マスクをつける機会、手洗いの機会も間違いなく増えました。そんな生活にも負担を感じなくなりました。他の人との不必要な接触を避けることも日常化してきました。個人の努力だけではなく、集団としての努力も明確になってきたように感じます。

国によっては様々な対応がありますが、この倉吉の地に暮らす以上、行政や自治体の方針に沿って自分ができる対応をとるしかないだろうと思います。長く続く感染防止への取り組みによって、改めて、自分自身の感染を防ぐだけではなく、自分の行動をきつかけとて他の人にコロナウイルスを感染させるような動きも控えなければならぬと思うようになりました。もしかししたら、このような思いが新たに身についていたことかもしれません。

自分自身あるいは家族のことを考えることをきつかけとして、隣り近所や集落、地域のことを含めて気遣いあうことで地域の安全安心を守る事になるのでは。地域の住民同士のつながりの大切さを改めて感じるとともに、厳しい時期を乗り越えるきつかけなのかもしれないと感じています。

(館長 山根弘二)

草の実俳壇

昨日よりやや日脚伸び今日の暮れ
寒最中ばあば元気で過ごしてね
下萌やラジオを友に畑を掻く
きいきいと天の使ひや初雀

田中 ひでや
増井 ゆり枝
中井 えつ子
宮本 きょう子

次回 三月十六日(水) 午前十時

場所 西郷コミュニティセンター

西郷川柳教室

選者：牧野 芳光

お題「角」
まったりと過ごす時間が角を取る
角度変え微笑かける君射止め
釣り日和角の魚屋人ばかり
出す葉書カバンの角で期限切れ
選者吟 直角をよく間違える大工さん

悦子
あけみ
勝己
淑子
悦子
あけみ
勝己
淑子

お題「目」「まあまあ」
次回 三月二十八日(月) 午後一時三十分
場所 西郷コミュニティセンター

お題「目」「まあまあ」
東大へ苦勞三狼合格し
選者吟 やかましいほどの家族の笑い声

勝己
淑子
あけみ
悦子



お知らせ



第6回「俳句大会in西郷」の応募案内

西郷小学校区菜の花プロジェクト実行委員会

倉吉市『菜の花プロジェクト』の一環として、校区のみなさんと一緒に「俳句大会」を計画しています。楽しい俳句作りに挑戦してみませんか♪

<募集期間> 4月11日(月)～5月17日(火)

下の三つ規則に従って、皆様の「素敵(すてき)な俳句(はいく)」の応募をお待ちしております。

<規則> (1) 基本的に「5・7・5」の17文字とする。

※小文字「つ」や伸ばし棒「ー」は1文字と数える。

その他の小文字は数えない。〈例〉「チューリップ」⇒ 5文字

(2) 下記の春の季語(季節の言葉)の中から一つを選んで入れてください。

「菜(な)の花」「桜(さくら)」「チューリップ」「蝶(ちょう)」「雲雀(ひばり)」

「その他の春の季語」

※原則的に、一句内に季語は一つのみです。

(3) 一句内に、切れ字「や・かな・けり」は一つのみとします。

<応募部門> 小学校の部、中学校・高校の部、大学生・一般の部

<応募方法> 西郷小学校または西郷コミュニティセンターに備えてある応募用紙に記入し、応募箱に入れて下さい。(お一人さま6句以内) 同じ季語でもよい。

【選句と発表】西郷コミュニティセンター「草の実俳壇」の方に選句をお願いします。優秀作品は、「西郷コミュニティセンターだより」に掲載する予定です。



健康だより

3月は自殺予防対策月間です

3月は、例年自死が多い傾向にあります。その理由は、企業などの決算期に当たり、仕事上の問題や経済的な問題を抱える人が増えるためと言われています。また、就職や転勤、進学、引っ越し、家族や友人との別れなど生活環境が大きく変化し、ストレスを受けやすい時期に当たることも、要因と言われています。

自死の原因には、健康の問題や経済・生活の問題、うつ病など様々なことが複雑に関係しているといわれています。これらの問題に対して、うつ病の早期発見など、地域全体で予防に取り組むことが求められています。

自死を防ぐためには、孤独にならないこと・孤立させないことがとても大切です。身近な人の変化に気付き、みんなでのちを支えあっていきましょう。

悩みを抱えている人は、一人で問題を抱え込み、助けを求める力が弱くなりがちです。身近な人が「いつもより元気がない」「表情が暗い」などの変化に気づいたら、まずは「眠れている?」「最近どう?」「忙しい?」など声をかけ、相手の話をゆっくり聴いてみてください。また、必要に応じて専門機関等に相談してください。

(相談窓口)

【中部総合事務所倉吉保健所】23-3921

【県立精神保健福祉センター】0857-21-3031

【鳥取いのちの電話】0857-21-4343 (毎日12:00～21:00)

【自殺予防いのちの電話】0120-783-556 (毎月10日8:00～翌日8:00)

【倉吉市健康推進課】27-0030

※鳥取県では遺族の方等の心情に配慮し、原則として「自殺」という言葉に代えて「自死」という言葉を用います。

【情報提供】倉吉市健推進課

<住民スポーツの日> モルック体験教室

西郷小・河北中学校体育施設開放企画運営委員会
みなさんフィンランドで生まれたスポーツ「モルック」をご存知ですか?モルックとは、地面に立てた「スキトル」という複数の木のピンに「モルック」と言われる木の棒を投げ、ピンを倒して獲得した点数を競うスポーツです。ルールがシンプルで、技術だけでなく戦略性が鍵を握ることから、脳トレにもなり、幅広い年齢層が楽しめます。

最近ではメディアでも取り上げられることが多く、とても注目されています。ぜひ体験してみてください。

<日時> 3月14日(月) 10:00～11:30

<場所> 西郷コミュニティセンター2階大会議室
(天気が良ければ外でします)

<指導> 小鴨地区スポーツ推進委員
杉谷 哲治さん、桑名 優子さん



センターの利用制限について

年度末になり、子ども会の保護者関係、小学校の保護者関係、スポーツ少年団の保護者関係の方から、1月から2月にかけてセンターの会議室利用について依頼がありました。昨今のコロナを取り巻く状況を考え、利用を制限させていただきます。

住民の皆様には、私の判断でご不便をおかけしておりますが、コロナを取り巻く状況が改善すればセンターの利用を再開したいと思いますので、ご理解をいただきますようお願い申し上げます。
(館長 山根弘二)

図書室より新刊のお知らせ (☆貸出期間:1週間 貸出冊数:1人2冊)

幼児絵本、児童書、子育て、学びの本を新しく購入いただきました。皆様、ぜひご活用ください。

<幼児絵本>

- ・あっぷっぷのぷー
- ・はっはっはくしょーん
- ・ふたをぱかっ
- ・なでなでなーで他3冊



<児童書他>

- ・パンどろぼう
- ・友だちってなんだろう?
- ・願いがかなう不思議な日記他5冊



<子育て本>

- ・HSCの子育てハッピーアドバイス
- ・子育てで困ったら、これやってみて!

<学びの本>

- ・14才からのLGBTQ+
- ・5才からの哲学他
- ・地球の歩き方ムー他3冊

一言ひろば

やさしさと勇気を

山根茶屋自治公民館長 涌島 史司

昨年4月から西郷地区公民館が、西郷コミュニティセンターに変わりました。私を含め山根茶屋自治公民館の役員、(高齢者とは言わず敬意を込めて)年配の先輩方からも、「何をやる組織なのかよく分からない。」「日本語の名称を使わんのか。横文字を使ったら、わし等にはよう分からん。」との意見がありました。

私自身もよく理解できなかったのですが、「西郷地区まちづくり協議会地域福祉部員」として、1年間活動に参加した感想を述べたいと思います。

西郷コミュニティセンターが実施した西郷地区全住民を対象としたアンケート結果等を基に、各自治公民館の住民が抱える問題として、①見守りの充実(相談体制の確立)②交通手段の確保③居場所づくりの充実の3つを抜き出して検討しました。

①の課題では、見守り対象の高齢者、独居者から見守る側からも、福祉制度の仕組みや制度が分からない。との意見から福祉関係制度の内容と担当する部署を分かりやすく説明したリーフレットを作成し、気軽に相談できる体制を作っていこう。②の課題では、高齢になるに従い交通手段の確保が困難で、病院、買物等の生活支援が必要である現状から、移動販売者の情報収集、買物を主眼とした乗り合いタクシーの利用等を実現できる方策を考えていこう。③の課題では、昨今のコロナ禍で、高齢の方や子どもたちは家庭の中に閉じこもりがちとなっており、気軽に集まる場所を作るのは難しい状況ですが、自治公民館を利用した趣味の会、公民館カフェなど気軽に集まれる場所を設けてはどうかと意見がありました。

活動に参加して、色々な気づきや知恵を拝聴した中で、「安心して暮らせる地域」とは、住民ひとりひとりが相手を思いやり助け合う。そのためには、「優しさ」をもって対応することが必要だなと感じたところです。明日のある子ども達に将来誇れる「ふるさと」と感じられる地区に、高齢の方にも安心して暮らせる地区にするために、地区住民の皆様のお優しさと協力できるものに対し一歩踏み出す勇気を出せば実現できるような希望を感じ取ったものでした。