



行事・会合予定



日	曜	時間	内容
1/1~1/3			閉館
4	木		仕事始め
5	金	9:30	書き初め教室
6	土		
7	日		
8	月		
9	火	9:00	ふれあい給食サービス
		10:00	倉吉市コミュニティセンター館長会
		10:00	自治公民館協議会会計監査会
10	水		
11	木	9:30	倉吉市コミュニティセンター主事研修会
12	金	10:00	eスポーツ開放デー
		18:30	自治公民館長会・まちづくり協議会役員会
13	土		
14	日		
15	月		学校開放企画運営委員会
16	火		
17	水	10:00	なごもう会
18	木		
19	金		
20	土		
21	日		
22	月		
23	火	9:00	ふれあい給食サービス
24	水		
25	木		
26	金	10:00	eスポーツ開放デー
27	土		
28	日		
29	月		
30	火		
31	水		
2/1	木		
2	金	18:30	自治公民館長会・西郷地区自治公民館協議会総会 まち協役員会

西郷地区人口集計

()内は前月比

世帯数 2,244戸(-3)
 人口 4,676人(-27)
 男 2,209人(-23)
 女 2,467人(-4)

(令和5年11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】

1月16日(火)・22日(月)
13:30~

【お茶を楽しむ会】

1月11日(木) 13:30~

【西郷シニア元氣塾】

1月10日・24日(水)
9:30~

【囲碁教室】

1月10日・24日(水)
13:30~

【絵手紙教室】

1月18日(木) 13:30~

【川柳教室】

1月22日(月) 13:30~

【草の実俳壇】

1月17日(水) 10:00~

【eスポーツ開放デー】

1月12日・26日(金)

10:00~

新しい仲間を

募集しています

お気軽にコミセンまで

西郷川柳教室

選者…牧野 芳光

☆お題「願う」

届かぬ想い夢の中まで運べたら

ウイルスよ早く消えてよ空広し

宵待草願い焦がれて萎れ花

かしわ手を打って年末ジャンボ買う

☆お題「予感」

ウェディングキヤッチの花がふつてきた

ほのかな香り側にいるよな気にさせる

一遇照らす集く虫の音秋近し

選者吟

明日は晴れ鳶が大きな輪を描いた

次回 令和六年一月二十二日(月)

午後一時半

場所 西郷コミュニティセンター

お題 「開く」「飲む・呑む」

あけみ

悦子

淑子

あけみ

悦子

淑子

あけみ

悦子

淑子

草の実俳壇

銀杏散る子ら燥ぎをる校庭に

庭木もてつくりし聖樹ほのぼのと

たゆたひて残り香仄か柚子湯かな

庭先の四方山話寒雀

旧友の儀礼止めるの声寒し

宮本 きょう子

茶谷 まちこ

次回 令和六年一月十七日(水) 午前十時

場所 西郷コミュニティセンター

西郷コミュニティセンターだより

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

さいごう

【メールアドレス】
kosaigou@ncn-k.net
 【ホームページ】
QRコード



新年あけましておめでとうございます。
 みなさまにおかれましては、よき新春をお迎えのこととお慶び
 申し上げます。
 今年も活力のある住み良い地域づくりに、みなさまのご指導・
 ご支援をいただきながら頑張ります。
 地域のみなさまにとりまして、最良の年とな
 りますようご祈念申し上げます。
 令和6年1月1日
 西郷コミュニティセンター職員一同
 山根 弘二、津村 靖子、福田 裕子、安長 貴洋



「故郷は住まいのユートピア」

令和5年度 西郷地区まちづくり協議会 会長 中井義寛

東京でのサラリーマン生活を終えて、故郷の西郷地区にUターンして10年、毎年毎年、公民館の仕事に
 関わり、この地域の魅力を沢山発見した。
 先ず、自然環境の素晴らしさである。東側に連なる山並みと西側を流れる竹田川・天神川に挟まれたこ
 の地域の四季折々の景色に、度々癒されてきた。一方、交通インフラ面でも利便性に優れた地域である。
 次は、地区のスポーツ・文化等継承されてきた各種事業である。4年振り開催された諸事業に改めて、
 手作り感と西郷地区の味わいを感じた。事業は伝統的なものばかりではなく、内容を変えたり、新しいも
 のが加わったりして、時代の変化に対応しながら参加者も応援者も楽しんでいる。
 三つ目は、住民力である。協力的で、団結力があり、
 優しさ、安らぎを感じる。
 今後、益々進む高齢化と人口減少の中で、住民の安心・
 安全を守る為に、地区協議会としてしっかりとリードし
 ていただきたいと願うものである。
 故郷は住まいのユートピアである。



若桐山 令和6年(2024年)の始まりにあたって、今年がどんな年になるのか気になったので、今年もネットで
 少し調べてみた。「新しいことを始めて成功する、いままで準備してきたことが形になるといった、縁起のよい年にな
 ると考えられる。」とのことでした。
 (https://discoverjapan-web.com/article/118451 参照 2023年11月30日) センターとしては、令和2年度の調
 査結果をもとにして、福祉に加え、防犯を意識した取り組みに挑戦したいと思っています。令和5年11月に受講した
 『防犯リーダー研修会』で紹介のあった内容等についても少しずつ紹介していきたいと思っています。



報告とお知らせ



【重点取組事業】 開催日：11月27日（月）

今回は各自治公民館の社会部員、福祉協力員、民生児童委員の顔合わせを兼ねた地区福祉懇談会を9自治公民館中7自治公民館の参加のもとに助言者として、とっとり県民活動活性化センターの椿善裕さんをお迎えして開催しました。

まず、自治公民館ごとの福祉懇談会の開催の有無を聞いたところ、9自治公民館中3自治公民館でした。各自治公民館ごとの報告の中で、社会部として実施できる福祉活動について次の4つの事例が出されました。①福祉懇談会を同和教育町内学習会と兼ねて実施②自治公民館役員との訪問キャラバンを実施③社会部員さん等が集まって見守りウォークを実施④住民や協力員さん等からの情報を収集して連絡調整をする、などでした。

今後、社会部が行う福祉活動について、検討する材料ができました。これらを今後につなげていきたいと考えています。

本年度の活動に協力いただいた皆様に感謝申し上げます。

【生涯学習部会】 寄せ植え教室

開催日：12月3日（日）

毎年恒例の「年末年始を飾る寄せ植え教室」を行った。講師は昨年度の同教室でもお世話になった天野種苗店の天野博之さん。はじめに園芸講話「種子の話」をしていただき、参加者は熱心に耳を傾けた。後半はあいにくの雨の中、コミセン玄関ポーチの屋根の下できれいな花木を寄せ植えにした。各家庭の玄関先で年末年始を彩るステキな寄せ植えができた。



【健康推進部会】

スポーツ教室&eスポーツを楽しもう

開催日：12月2日（土）

令和5年度最後の事業となるスポーツ教室（室内ペタンク）とeスポーツ教室を開催！

まずは、西郷小学校の体育館で室内ペタンクを楽しんだ。小学生から高齢者まで幅広い年齢層と一緒に楽しめる室内ペタンク。ルールの説明をしたあとは、実際に3人組のチームに分かれゲーム開始。黄色のビュットを目掛けてそれぞれがボールを転がし、白熱した試合を続ける中、最後にはメジャーで測らないと分からないぐらいの僅差の勝負に大盛り上がり！寒さを一気に吹き飛ばした！！



次にコミュニティセンターへ移り今人気のeスポーツを体験。任天堂スイッチの「太鼓の達人」と「Sports」を楽しんだ。やはり子どもたちの方が大人たちより上手にこなし、特に「太鼓の達人」は中学2年生の男子2人が鬼レベルの見事な腕前を披露し、感動・感心で大人たちをビックリさせた。

子どもたちはもちろん大人も夢中になれるeスポーツ。今後も、このような体験教室を開催し、皆さんに楽しんでもらえる機会をつくっていききたいと思う。

最後に、令和5年度は、地区大運動会をはじめ多くの事業を無事開催することができました。役員および地域の皆様には参加・ご協力いただきありがとうございました。

【生涯学習部会】

クリスマスリースづくり教室

開催日：12月23日（土）

鳥取県船上山少年自然の家の出前クラフトを利用し、講師を同施設の徳永さんをお願いして「自然の素材を使ったクリスマスリース」を作った。

ブドウのツルを使い輪を作り、グルーガンで金銀に彩色された松ぼっくりや椿の実などの木の實を思い思いに飾り付けた。参加者からは「楽しい体験だった。」「来年もしたい」と嬉しそうにできあがったリースを持ち帰った。



西郷コミセンの大掃除にご協力、 ありがとうございました！

12月22日（金）、西郷コミュニティセンターの館内外の大掃除が行われ、今年一年間の汚れを落としました。各使用団体のみなさまにご協力いただき隅々まできれいになりました。



住民スポーツの日

西郷小・河北中学校体育施設開放企画運営委員会

さあ～！2024年の始まりです！！寒い冬にも負けず元気いっぱい体を動かしましょう。初めての方も大歓迎です。直接、体育館にお越しください。

【バレーボール】

協力：西郷バレーボール同好会のみなさん
＜日時＞令和6年1月11日・25日（木）
20：00～22：00

＜場所＞西郷小学校体育館

【ソフトバレーボール】

協力：KSTのみなさん
＜日時＞令和6年1月22日（月）
20：00～22：00

＜場所＞河北中学校体育館



【バスケットボール】

協力：B-Chronusのみなさん
＜日時＞令和6年1月23日（火）
20：30～21：30

＜対象＞小学生以上

＜場所＞河北中学校体育館

※気軽にバスケットを一緒に楽しみ
ましょう♪



健康だより

「冬の入浴事故に注意しましょう！」

倉吉市 健康推進課

これまで入浴中の事故は、暖かい部屋から寒い脱衣所へ移動した時に血圧の急激な変化により心筋梗塞を起こす「ヒートショック」が主な要因とされてきましたが、近年の調査で大半は「熱中症」であると明らかになってきました。高温での長風呂によって血圧低下と体温上昇をまねき、自力でお風呂から立ち上がれなくなり溺水するというものです。

脱衣所・浴室で発生した緊急事案は12月～2月に多発しており、65歳以上の方が占める割合が78%と高齢者の方は特に注意が必要です。

◎入浴中の事故を防ぐために次の6つのことを心がけましょう。

1. 入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく
2. お湯は41度以下で、入浴時間は10分以内を目安に
3. 浴槽から出るときはゆっくり立ち上がる
4. 食後すぐの入浴や・飲酒後・医薬品内服後の入浴は控える
5. お風呂に入る前に、同居家族にひと声かける
6. 家族は入浴中の高齢者の動向に注意する

「自分にも起こるかもしれない」という予防意識をもち、高齢者だけでなく、家族みんなで入浴習慣を見直しましょう。



一言ひろば

『新年に向けて』

上余戸自治公民館長 涌嶋 祥雄

新年明けましておめでとうございます。

2019年12月に中国で最初の新型コロナ感染が発症したとされています。それからあっという間に世界中に広がり、多くの方が亡くなり、人と人との交流が制限されるようになりました。しかし医療関係者等の努力のおかげで、昨年5月によりやく5類感染症に移行され、徐々に以前の生活を取り戻すことができました。私の住む上余戸は、多くの皆様のご協力により7月に納涼祭を行い、久しぶりに地域での子どもたちの楽しそうな姿を見ることができました。西郷地区でも、9月に西郷地区大運動会、10月にサラバンダin西郷を4年ぶりに行うことができました。人との交流が増えると多くの笑顔を見る機会も増えてきたと思います。

今年の干支は甲辰（きのえたつ）です。陰陽五行説では「甲」は、十干の始まりにあたり、生命や物事の始まりを意味し、「辰」は草木がどんどん成長するように勢いを増すという意味があり、今年は昨年まで努力してきたことが実を結んで成長する年になるそうです。倉吉市もいよいよ県立美術館誕生に向けて人々の話題も広がってきます。2024年が皆様にとって更に良き年となるよう祈念いたします。

