

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

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



令和7年度の職員の抱負です。安心安全な西郷地区の実現に向け努力したいと思いますのでご協力をお願いします。

令和6年度から新たに始まった指定管理のもとで、令和7年度は2年目を迎えることとなります。令和6年度はセンターの立ち位置について少しずつ見えてきたように感じましたので、令和7年度はその気づきを少しずつ具体化していきたいと考えています。

センターとして、西郷地区内外の各団体や学校、機関との連絡調整を行ったり、いろいろな研修会等に参加をして、西郷地区にとっても有益と思われる情報等を収集し、地域の皆さんに提供したりすることを第1の活動としていきたいと思っています。言い換えると、西郷地区の抱える様々な課題解決を念頭に、小・中学校行事への積極的な支援、地域活動団体への支援、鳥取短期大学や鳥取看護大学との連携協力、鳥取県聴覚障害者協会との連携協力、住民の皆様へのセンターとしての情報提供等々、昨年度手探りでやってきたものを少しずつ計画的に実施してみたいと考えています。また併せて、主事の皆さんが働きやすい環境となるよう工夫もしていきたいと思っています。

住民の皆様には、センターだよりをはじめとして、いろいろな形で情報提供していきたいと思っていますので、ご理解とご協力をよろしくお願いします。(センター館長 山根弘二)

今年度、西郷地区まちづくり協議会では生涯学習部会と健康推進部会を担当いたします津村です。宜しくお願いいたします。

私は、今年一年、地域住民のニーズに応じたイベントや講座を企画・実施し、地域の団体や住民と連携し、コミュニティの活動を推進していきたいと思っています。

そして、コミュニティセンターがより多くの人々に「また行ってみたいなあ」と、言ってもらえるような有意義な場所となることを目指して頑張ります。

皆様、ご協力をお願いいたします。主事 津村 靖子

令和7年度は『防災安全部会』と昨年度から引き続き『福祉部会』を担当いたします福田です。

今年度は今までの事業で得られたことや反省した部分も含めて、元気な西郷地区づくりができるよう頑張りたいと思います。

子どもから大人まで幅広い世代の交流(コミュニティ)の中心(センター)となり、利用された方が笑顔と達成感を得られ、人と人との和が成されるような笑顔の活動ができればと思います。みなさまのご協力をお願いいたします。

主事 福田 裕子(4年目)

昨年度から引き続き

- 環境衛生部会
 - 西郷地区同和教育研究会
- 今年度は新たに
- 自治公部会
- を担当することとなりました。

昨年は右も左もわからない状態でしたが、職員の皆様、そして地域の皆様のご協力を得て様々な事を乗り切ることができました。ありがとうございました。

2年目も、皆様のご協力を得ながら西郷地区と共に私自身も成長していきたいと思っております。

よろしくお願いします。主事 石原 美智子

若桐山

開館に向けて様々に準備をされてきた県立美術館が令和7年3月30日に開館しました。29日のオープニングイベントには、県内外から様々な活動している人や著名人も集まり、盛大に開催されました。またすでに、様々なイベント等も計画されていてホームページにもたくさん情報提供されています。

県立美術館を盛り上げるために、TMOA+（「みんなで作る美術館」を実現するためのボランティア制度）の活動もはじまり多くの方々が参加されてきたようです。私自身近くにできた県立美術館に何かできることはないかと、センターに美術館開館を知らせる幟旗を設置したり、TMOA+のボランティアに登録し活動をしたりしてきました。それらの活動に参加する中で、美術の知識や素養のない私でも、いろいろとお手伝いできることがあると実感しました。TMOA+や美術館に関心をお持ちの方は、直接美術館でもいいですし、センターでもよいですので、ご連絡ください。一緒になって県立美術館を盛り上げていきませんか。

4月

行事・会合予定

日	曜日	時間	内容
1	火	9：00	辞令交付式
2	水		
3	木		
4	金	18：30	自治公民館長会・まち協役員会
5	土		
6	日		
7	月	13：30	まち協会計監査
8	火	9：30	ふれあい給食サービス(調理)
9	水		
10	木		
11	金	10：00 14：00	西郷小学校 入学式 河北中学校 入学式
12	土	15：00	倉吉市自治公民館連合会総会
13	日	7：50	西郷地区ソフトボール大会(雨天：20日)
14	月		
15	火		学校開放企画運営委員会
16	水	10：00	なごもう会
17	木		
18	金	※午後より事務室を閉室します。 13：00 15：00	コミセン職員研修会 市公連総会
19	土		
20	日	7：00	天神川一斉清掃
21	月		
22	火	10：30	ふれあい給食サービス(業者)
23	水		
24	木	14：00	センター職員研修会(セルフケア)
25	金	13：30	まち協会計監査
26	土		
27	日		
28	月		
29	火		昭和の日
30	水		
5/1	木		
2	金		
3	土		

春の全国交通安全運動
4月6日(日)～15日(火)



西郷地区人口集計

()内は前月比
世帯数 2,274戸 (±0)
人口 4,667人 (+4)
男 2,191人 (+2)
女 2,479人 (+5)
(令和7年2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】
4月14日(月)・28日(月)
13：30～
- 【お茶を楽しむ会】
4月8日(火)12：00～
※いつもと開始時間が異なります。
- 【西郷シニア元氣塾】
4月9日(水)・23日(水)
10：00～
- 【囲碁教室】
4月9日(水)・23日(水)
13：30～
- 【絵手紙教室】
4月24日(木)13：30～
- 【川柳教室】
4月21日(月)13：30～
- 【草の実俳壇】
4月16日(水)10：00～
※1階和室にて開催します。
- 【西郷コーラス】
4月1日(火)・15日(火)
15：00～

新しい仲間
募集中☆

草の実俳壇

落つれども気品保ちて玉椿
名残の雪母を偲ばむ七回忌
卒業の熱きエールに飛べ君ら
春の日や微かな匂ひひしツ張る
茶谷 まちこ

田中 ひでや
中井 えつ子
宮本 きょう子
一階 和室

西郷川柳教室

☆お題「送る」
ああ無情送り送られ空彼方
早送りしてのぞきたい継いだ子等
欲出さず人は人だと日々送る
選者吟
送る子も送られる子も泣いている
☆お題「道」
老介護我が行く道と苦にならず
使い道ないものまでも宝物
手すり持ち縋り道連れ歩み合う
選者吟
近道も抜け道もない道を行く

選者：牧野 芳光

あけみ 淑子
悦子
あけみ 淑子
悦子
あけみ 淑子

次回 四月二十一日(月)午後一時三十分
場所 西郷コミュニティセンター
お題 「咲く」「緑」

鳥取産業保健総合支援センターによる 産業保健研修会(Web研修会:録画配信) の開催

【テーマ】『セルフケア研修』

～心の健康を守るためのストレス対処法～

【講師】Career Bird (キャリアバード)

代表 キャリアコンサルタント、産業カウンセラー
上田 美鈴 氏

【日時】令和7年4月24日 (木) 14:00～16:00

【会場】西郷コミュニティセンター

西郷コミュニティセンターでは、今年度の職員研修の1つとして、この研修会を計画しました。内容に関心をお持ちの方は、おいでください。一緒に研修しましょう。

<交通安全教室に関連した地域活動 (交通安全運動)の進捗状況>

3月にもお知らせしましたが、小学校の交通安全教室は4月14日(月)13:30～に予定されております。その際地域の交通安全意識を高めるために、様々な方々(交通安全協会河北支部の方、交通安全指導員、アイラブ西郷の活動をしている方、各長生会の方、倉吉警察署の方)に協力していただけることとなりました。趣旨に賛同いただける方は、参加していただけるようご案内します。皆で地域の交通安全の気運を高かめていきましょう。

皆様のご理解とご協力を
お願いします。



保健だより 健康推進課

健康づくりのための身体活動

座りっぱなしの弊害(全年齢)については、長時間座ると死亡リスクが高まるとされ、30分ごとに体を動かすことが推奨されています。

○成人/家事などを含めた身体活動を1日60分以上(目安は1日約8000歩以上)を推奨。週2～3回の筋トレや「息が弾み汗をかく程度」の運動を週60分以上行いましょう。

○高齢者/身体活動を1日40分以上(目安は約6000歩以上)を推奨。達成できなくても、今より10分でも多くからだを動かすことを心がけ、可能であれば成人と同じレベルを目指しましょう。週2～3回の筋トレ(スクワットや階段を上がるなどでもOK)。筋肉は年齢に関係なく鍛えられ糖尿病などのリスクが低減し、転倒や骨折のリスクも減少します。

○子ども/1日60分以上の身体活動を推奨。ゲームやスマホの利用は減らし、からだを動かすことを心がけましょう。



厚生労働省では「座りっぱなしをやめて+10(プラス・テン)」を推奨しています。

(出典:厚生労働省「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」)



※からだを動かす時間や強度は少しずつ増やしていきましょう。

体調が悪い時は無理をせず、病気や痛みがある場合は、かかりつけ医に相談して行いましょう。



○西郷地区に係る投票所の投票率を聞いて少し気になりましたので、お知らせします。

前回2024年10月の衆議院議員選挙では倉吉市全体の投票率59.47%に比べて、第4投票区(会場:体育文化会館)で56.80%、第5投票区(会場:上余戸公民館)で57.50%と平均を下回る投票率だったそうです。また、その前の2023年4月の知事選挙では倉吉市の投票率52.17%に対して、第4投票区(会場:体育文化会館)で47.07%、第5投票区(会場:西郷小学校体育館)で47.84%だったそうです。この結果は倉吉市内22投票所のうち、2番目と3番目に低い投票率で、西郷地区の住民の方々の投票率が低い状況だとわかりました。

今年も7月には参議院議員選挙、10月には市議会議員選挙が予定されているようです。いろいろな事情があるのだろうとは思いますが、投票は、一人ひとりが政治に参加する最もよい機会です。大切な一票を棄権することがないよう、(皆さんで呼びかけあって)投票しましょう。

ここで投票率に関するデータをご紹介しますと、子どもの頃に親の投票に付いて行ったことがある人は、付いて行ったことがない人に比べて20%以上も投票率が上がる調査結果があるようです。親子連れの投票は子どもの将来の投票に繋がるのであれば、次はぜひ、お子様と一緒に投票に行ってみるのもいいのかもしれない。

ただし、子どもが投票用紙に記載したり投票行為をすることは禁止です。



第10回館長杯 パットゲームスター大会 開催日:3月12日(水)

今年で記念すべき10回目を迎えた館長杯パットゲームスター大会は、総勢16名の参加により賑やかにスタート!4チームに分かれて和気あいあいと和やかな雰囲気の中、2本のホールインワンが出るなど高得点が続出。ほっとひと息コーヒータ임もあり、18ホール2ゲームを行った。

初めてパットゲームスターをされた方もあったが、みなさん楽しむことができたようだ。

成績は、次のとおりです。おめでとうございます!

優勝 涌嶋 博志さん(下余戸)

準優勝 谷口 康弘さん(下余戸)

3位 松原 昭仁さん(八屋)



西郷地区ソフトボール大会

主催:健康推進部会

恒例の自治公民館対抗の地区ソフトボール大会です。今年度は、より楽しめる大会とするため、I部・II部に分かれて行います。選手としての参加はもちろん、多くの方の応援をお願いします!

<日時>4月13日(日)※悪天候の場合:20日(日)

開会式 7:50～

試合開始 8:00～

<場所>

I部:西郷小学校グラウンド

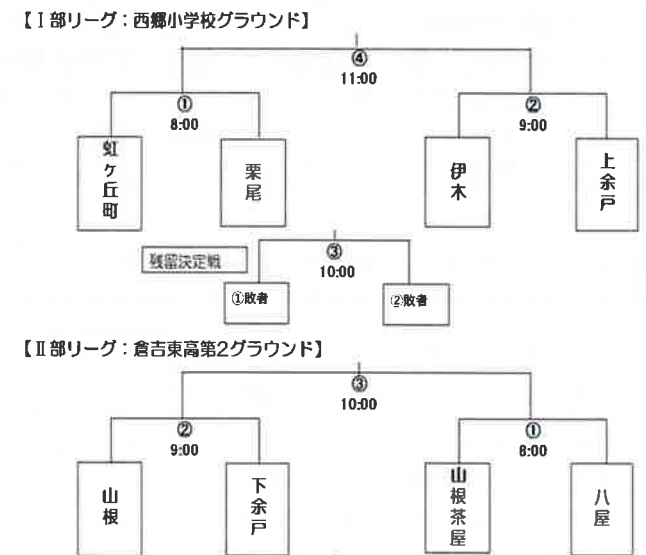
II部:倉吉東高等学校第2グラウンド

<駐車場>

・西郷小学校グラウンド:柿畑横の駐車場

・倉吉東高第2グラウンド:中山精工(株)さん・

(向)倉吉スイミングさん駐車場



第3回ノルディックウォークinさいごう

主催:健康推進部会

新緑が眩しいさわやかな季節5月に、西郷地区大原の名所を巡りながら、心も体も元気にリフレッシュしませんか?!ご家族での参加も大歓迎です。ノルディックウォークの使い方指導もありますので、ぜひお気軽にご参加ください。

<日時>5月10日(土) ※悪天候中止

9:00～12:00(受付8:30～)

<集合場所>西郷コミュニティセンター

<ルート>西郷CC →大原(大原廃寺・人柱地藏) →西郷CC

<対象>地区住民(子どもから大人までどなたでも参加できます)

<持参物>タオル、飲み物、動きやすい服装

<申込み>4月30日(水)までに

西郷コミュニティセンターへ

※詳細については、チラシを全戸回覧しますのでご覧ください



和紙おりがみ教室～胡蝶蘭の舞～

主催:西郷コミュニティセンター

因州和紙をつかって、素敵な胡蝶蘭をつくります。玄関やお部屋を華やかに飾りましょう。

<日時>第1回目:5月16日(金)

◇花・葉づくり

第2回目:6月20日(金)

◇茎づくり、組み立て、完成

両日共に13:00～16:00

<場所>西郷コミュニティセンター小会議室

<講師>貞谷 隆子さん

(和紙・おりがみSada工房)

<参加費>3,000円(材料代)

※鉢は、各自でご準備ください(6号)

<申込み>

4月30日(水)までに西郷

コミュニティセンターへ

※花の色は、白・赤・ピンク・黄色・薄紫など選べます

