



※変更または中止される場合があります。

日	曜	開始時間	内容
1	月		閉館
2	火		閉館
3	水		閉館
9	火	10:00	市コミセン館長会 (上北条CC)
10	水	9:30	市公連第5回理事会
11	木	9:30 10:00	市コミセン主事情報交換会 (市第2庁舎) なごもう会
16	火	12:45	学校へ行こう! (成徳小)
17	水	10:00	住民スポーツの日「笑いヨガ」
23	火	12:45	学校へ行こう! (成徳小)
25	木	10:00	なごもう会
30	火	12:45	学校へ行こう! (成徳小)

※ふれあい給食【歳末たすけあい募金事業】9日(火)・16日(火)
(成徳地区社会福祉協議会)

令和5年人口と世帯数



		10月末	11月末	増減
倉吉市世帯数	倉吉市世帯数	20,533	20,508	-25
	成徳地区世帯数	1,366	1,363	-3
	倉吉市の人口	44,306	44,243	-63
	成徳地区の人口	2,635	2,632	-3
性別	男	1,223	1,221	-2
	女	1,412	1,411	-1
年代別	0歳~14歳	268	268	0
	15歳~64歳	1,302	1,305	3
	65歳以上	1,065	1,059	-6

- リサイクル、ベルマーク ご協力ありがとうございます。
★使用済み小型電子機器
★天ぷら油の食用廃油 (成徳コミセン 自転車置き場ヨコ)
★ベルマーク (成徳コミセン 玄関内)

- 「センターだより」カラー版、市報ほか情報がたくさん!
成徳コミュニティセンター窓口に置いています。



1月 自治公民館協議会・各部長会の予定

(12/25 現在)

- ◆ 6日(土) 18:00~R5 監査会 (扇雀)
- ◆ 16日(火) 10:00~ 自治公三役会
- ◆ 23日(火) 18:30~ 館長会 (打吹回廊)

参加者募集!



3B 体操教室

1月9日・16日・23日(火曜日)

- ◆時間: 14:00~15:30
- ◆講師: 福井留実さん
- ◆場所: 成徳コミュニティセンター
- ◆参加費: 月2,000円

フラ ミノアカ・フラサークル

1月22日(月曜日)

- ◆時間: 10:00~11:30
- ◆場所: 成徳コミュニティセンター
- ◆講師: 河本高枝さん
- ◆参加費: 1回 500円

学校へ行こう!

主催: 成徳コミュニティセンター

地域住民が小学校で児童と一緒に囲碁や将棋、昔あそび・オセロ・コマ回しをする遊びです。 ※申込み不要

1月16日・23日・30日 (火曜日)

- ◆時間: 12:45~13:20
- ◆場所: 成徳小学校 1階 多目的室



成徳コミュニティセンターだより 1月



おもな contents ★新年挨拶 ★事業 diary
 参加者募集事業★住民スポーツ「笑いヨガ」★第47回 倉吉市部落解放文化祭
 ★3B 体操教室 ★ミノアカ・フラサークル ★学校へ行こう!★成徳フォトすたぐらむ

CC だより



メール

2024 謹賀新年

成徳地区の地域づくり・地域の活性化を図るため より一層充実した活動

を展開していきます 今年もよろしくお申し込み申し上げます

成徳コミュニティセンター指定管理者 成徳地区自治公民館協議会

成徳コミュニティセンター 職員一同

誰もが良い年になることを願って...



- ◆藁のリース (正月飾り)・凧づくり (倉吉イカ)
- ◆葵町の皆さんによる早朝の賀茂神社清掃

成徳コミュニティセンター (〒682-0817 鳥取県倉吉市住吉町77-1)

○電話: 0858-22-1301 OFAX: 0858-23-3653 ○開館: 月~金 9:00~17:00 (祝祭日を除く)

○利用時間: 9:00~22:00

○E-mail: koseitok@ncn-k.net ○HP: <http://www.ncn-k.net/koseitok/>

参 加 者 募 集

第47回 倉吉市部落解放文化祭 ～人間解放の文化を創造しよう～

日にち:2024(令和6年)1月26日(金)～28日(日)
場所:倉吉未来中心 小ホール・アトリウム

オープニング・発表・講演

1月28日(日)

- 13:30～湯梨浜学園 書道部による 書道パフォーマンス
- 14:10～発 表:「種をまこう」朗読
発表者:市内の小学生、人権擁護委員ほか
- 14:25～講演会と演奏
演題:自分の好き!を大切に生きて生きる
講師:井谷優太さん(サウンドクリエイター)

作品展示

1月26日(金)～28日(日)9:00～16:00

場所:アトリウム
お問い合わせ:倉吉市人権政策課 Tel.22-8130

住民スポーツの日 主催:学校開放企画運営委員会
最近笑ってますか?笑って健康!

「笑いヨガを体験しよう」

1月17日(水)10:00～11:30

- ◆場 所:成徳コミュニティセンター
 - ◆講 師:河本裕子さん
 - ◆持ち物:飲み物
 - ◆参加費:無料
 - ◆申込不要
- 誰でも参加出来ます!
楽しめます!



・・・おめでとうございます・・・

倉吉市社会福祉協議会長表彰 12/21日(木)

- 優良子ども会
- ★住吉町子ども会
- 社会福祉活動
- ★給食ボランティア

保健だより

「冬の入浴事故に注意しましょう!」

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。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。入浴中に溺れて亡くなる方は、交通事故で亡くなる方より多く、毎年約4倍に相当すると言われています。「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、家族みんなが入浴習慣を見直しましょう。

倉吉市健康推進課 Tel.27-0030

【高温での長風呂】

血圧は下がり体温は高くなる



自力で立ち上がれない

熱中症により
溺水

(参考)入浴関連事故の実態把握及び予防対策に関する研究報告

◎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. 食事すぐの入浴や・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

成徳フォトくらぶ

いつでも写真募集中!



12/20 今年の冬も、東中学校 学友会が地域貢献事業を実施

【生徒の感想より一部抜粋】

- ★換気扇とか、めっちゃキレイに出来てやりがいがあった!!
他の学年の人と関わりも増えて良かった。
- ★外は寒かったけど、フェンスがキレイになって良かったです。
- ★いろんなところを掃除した。カメムシが多すぎて大変だった。
- ★前回よりみんなが動いて掃除をしていて良かったと思いました。
私語も少しあったけど、みんなが集中して活動ができていました。
- ★前回に比べてより時間いっぱい出来たので、貢献できたと思っています。

事業 diary (日記)・・・

令和5年度 成徳コミュニティセンター重点取組事業 「シニア世代のスマホ教室」を終えて

6月から始めたスマホ教室は、12/13をもって全8回の教室が終了しました。殆どがスマホ初心者の方々でしたので基本操作からのスタート。健康管理ではスマホの歩数計機能、ネット検索の方法、LINE、キャッシュレス決済、メルカリ、詐欺被害予防の安心安全な使い方を学びました。毎回講師やサポーターに手助けしてもらうことでスマホ操作にも慣れ、だんだん質問も増えてきました。山守集学校へのお出掛け教室も行い楽しみながら学習を進められました。アンケートでは「健康管理のためスマホの歩数計を使うようになった」「市のLINE登録ができたので便利に使える」など実生活で役立っていることがわかりましたが、その一方で「自分はメルカリを使わないので、知識だけで良い」・「メルカリを知りたくて参加した」と様々で、ニーズの難しさを感じました。今後も社会のデジタル化はますます進んでいくと思われま。受講生の中にはアイパッド等、多様な教室があれば参加したいという感想もありました。誰もがデジタル社会に対応していけるような学習支援を行い、困りごとの解消や生活に役立つ取り組みにつなげていきたいと考えています。



キャッシュレス決済は、お店によっていろいろな方法があるんですよ!



「そういえばお店のレジで見たことのあるマークだね」



メルカリ出品にチャレンジ! 売りたい物を撮影中

緑の募金事業 令和5年度緑化推進事業完了

毎年、植花をとおして地域住民が交流を深めると共に公園整備をはじめ、町並みを彩る景観の向上、また観光地としておもてなしの機運向上を目的に実施しています。

9町の自治公民館とコミュニティセンターが取り組みました。

- ・湊町(湊町公園前)
- ・東町(自治公民館前)
- ・宮川町2丁目(宮川町2丁目児童公園)
- ・堺町2丁目(倉吉線跡地プロムナード)
- ・堺町3丁目(自治公民館前)
- ・明治町(店舗・民家前)
- ・新町1丁目(研屋町公園周辺)
- ・新町2丁目(自治公民館前)
- ・西仲町(店舗前)
- ・成徳コミュニティセンター(玄関前)



冬の寒い時期にも花のある景色はいいですね。



成徳地区在住の生徒は、コミュニティセンターの大掃除をしてくれました。

