



おもな予定 (倉吉市・成徳コミセン・団体) (7/27 現在)
※変更または中止される場合があります。

日	曜	開始	内容
3	月	19:00	同和教育町内学習会・事前学習会【地区同研】
4	火	10:00	コミセン館長会 (上小鴨cc)
5	水	9:00	宿題グングンすすむ 2days【青少協】
6	木	9:30	第4回せいとくモール【地区社協】
7	金	9:00	宿題グングンすすむ 2days【青少協】
9	日	13:00	第54回部落解放研究倉吉市集会【未来中心ほか】
16	日	6:50	第5回玉川清掃
19	水	9:30 10:00	第8回コミセン活動展代表者会 (上小鴨cc) マイスターに学ぶ中学生のフラワーアレンジメント
20	木	9:30	コミセン主事研修会(第2庁舎)
24	月	19:00	同和教育研修会【地区同研】
27	木	10:00	なごもう会

お知らせ：8/12(水)～8/14(金)は事務室を閉室します。
この間にコミュニティセンターの利用をご希望の方、団体
は8/7までに利用申請書をご提出ください。



人口と世帯数		R8年 5月末人	R8年 6月末人	増減 人
	倉吉市世帯数	20,502	20,485	-17
	成徳地区世帯数	1,300	1,298	-2
	倉吉市の人口	42,664	42,580	-84
	成徳地区の人口	2,449	2,438	-11
性別	男	1,125	1,118	-7
	女	1,324	1,320	-4
年代別	0歳～14歳	230	226	-4
	15歳～64歳	1,187	1,183	-4
	65歳以上	1,032	1,029	-3

●リサイクル、ベルマーク ご協力ありがとうございます。
◎成徳コミセン 自転車置き場ヨコに設置していた使用済小型電子機器
のボックス回収は6月末で終了しました。

- ★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。



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/



8月 自治公民館協議会の予定

(7/27 現在) 会場 成徳コミュニティセンター

- ◆ 3日(月) 13:00～ 自治公三役会
- ◆ 5日(水) 19:00～ 成徳地区大運動会
第3回準備委員会
- ◆ 7日(金) 19:00～ せいとく祭
第2回実行委員会
- ◆ 17日(月) 19:00～ 敬老事業
第2回実行委員会
- ◆ 19日(水) 19:00～ 体育部長会
- ◆ 20日(木) 19:00～ 防災部長会
- ◆ 21日(金) 19:00～ 館長会

参加者募集！



ゆっくりじわ～っとストレッチ教室

8月20日(木曜日)

- ◆ 時間：14：00～15：30
- ◆ 講師：鉄本幹枝さん
- ◆ 場所：成徳コミュニティセンター
- ◆ 参加費：月1,000円(当日集金)
- ◆ 持ち物：飲み物、ヨガマット(貸出し可)

3B体操教室

8月4日・18日・25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

8月17日(月曜日) お仲間募集中！

- ◆ 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
- ◆ 持ち物：飲み物 パウスカート貸出し可



seitoku

成徳コミュニティセンターだより 8月

第523号 令和8年(2026)8月1日



CC だより



メール



おもな contents 参加者募集等

- ★「せいとくモール」★住民スポーツ「バウンドテニス」★3B 体操教室
- ★ ゆっくりじわ～っとストレッチ教室 ★ミノアカ フラサークル

自治公役員研修会 倉吉市指定避難所のひとつ倉吉市営武道館にて「防災研修会」を実施 7/12(日)

場所は知っているが・・・武道館内へ入ったのは初めて！が大多数

参加対象 200 人中 99 人参加 (参加率 49.5%)

熱中症警戒アラート発令ギリギリの猛暑日 武道館の中は暑い意外にも開放的！
しかし、1 階柔道場は誰か一人歩くと床が揺れて気持ち悪い！(柔道専用の床構造)



荷物もなく約 100 人が座ってこんな感じ。もし、数日間でもこの場所に避難するとしたら？・・・
避難所整備計画では 1 階柔道場、2 階剣道場合わせて最大収容人数 485 人(適用性：洪水、土砂、地震全て○)

今年度は倉吉市防災計画、市社協による防災備品の説明のほか、体験を中心とした実践的な防災研修会を実施しました。23 町を 4 つの組に分け、暑さ対策の水囊づくり・段ボールベッドや簡易トイレを組み立て、ベッドの強度、排泄物の凝固過程、笑いヨガによるリラックス効果を試しました。アンケートに寄せられた多数の感想、意見を参考にしながら「突然やってくる災害」に備え、住民自らがすべきこと、行政、関係機関ができることを共有しながら、成徳地区における安心安全なまちづくりを目指したいものです。



参

加

者

募

集

主催：成徳地区社会福祉協議会
共催：成徳コミュニティセンター

人と会える！話せる！笑える！
憩いの地区サロンへどうぞ 申し込み不要！

「せいとくモール」8/6(木)
9:30～11:00

- ◆会場：成徳コミュニティセンター
 - ◆参加費：100円
 - ◆骨粗しょう症予防「今日からできる食事と体操」
お話、体操、1品試食あり！
 - ◆講師：市管理栄養士 川上美樹さん
 - ◆その他：おしゃべり&ティータイム
- 年齢を問わず、どなたでもご参加いただけます。
ぜひお気軽においでください。お待ちしております！

木曜日は成徳地区を走るU-MO（ウーモ）に
乗車すると便利です！



くらすけくん

グリーンスローモビリティだより

【平日限定】
スタンプキャンペーン実施中！！

U-MO 協議会では、日頃の感謝を込めて、地域住民の皆さまへ向けた「グリーンスローモビリティスタンプキャンペーン」を実施中です。
11月月末までの期間中、グリーンスローモビリティのご利用料金 100 円ごとに「スタンプ BOOK」に 1 スタンプ押印。スタンプを規定数ためると、U-MO 協議会に参画していただいている社会福祉法人様の景品ともし交換いたします。
お買い物や通院、ちょっとしたお出かけの際に、ぜひグリーンスローモビリティをご利用ください。詳しくはスタンプ BOOK をご確認ください。スタンプ BOOK は、成徳コミュニティセンター、U-MO協議会事務局（倉吉市総務部企画課内）にご用意しております。
お問い合わせ U-MO協議会事務局
TEL0858-22-8161



事業開催予定のお知らせ

- ◆第 73 回成徳地区敬老事業 新敬老者を祝う会
日時：9月13日（日）11:00～ 会場：成徳コミュニティセンター
- ◆第 71 回成徳地区大運動会（予備日なし）
日時：9月20日（日）9:30～ 会場：東中学校グラウンド
- ◆第 53 回成徳地区文化展
日時：10月31日（土）・11月1日（日）10:00～ 会場：成徳コミュニティセンター
- ◆第 32 回せいとく祭（予備日なし）
日時：11月8日（日）11:00～ 会場：宮川町観光駐車場



事業 diary (日記)...



7/2 せいとくモール 倉吉愛児園年少組さんと参加者の交流
参加者は「かえるのうた」の楽器演奏を聴いたり、「じゃんけん列車」の遊びを楽しみました。



7/12 目指そう成徳健康タウン「朝活ウオーキング」幼児から高齢者まで参加。朝の打吹公園にてノルディックウオーキングは姿勢、筋力、心肺機能などの向上効果が！森林セラピーとしても◎！



7/24 東中学校の地域貢献活動は当日朝、熱中症警戒アラート発令により中止。中学生×地域の大人約 70 人で行うトーク企画 CHA3「チャチャチャ」は実現ならず・・・

成徳フォトすたぐらむ 7/27



朝からお昼までが花を
観賞できる時間です

今年も蓮の花を「ミセン玄関」に飾っていたきました

～保健だより～ 夏は特に要注意！家庭でできる食中毒予防

夏(6月～8月)は細菌性食中毒が最も多く発生する時期です...原因となる菌は「高温多湿の環境」を好むため、湿度が高くなる梅雨頃から食中毒が増え始めます...もう一つの要因としては、夏バテなどによる体の「抵抗力の低下」が挙げられます...予防のポイントを知り暑い夏を乗りこえましょう！
お腹が痛くなったり、下痢をしたり、気持ちが悪くなるなど...食中毒が疑われるような症状があった際には、早めに医療機関へ受診しましょう...
倉吉市 健康推進課 TEL27-0030

《食中毒予防の3原則》

- 調理を始める前や生の肉、魚、卵などを取り扱う前後に手を洗う
- まな板は使用の都度、きれいに洗う
- 生の肉をつかむ箸と焼けた肉をつかむ箸は別のものを使う
- 細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になる為、低温で保存する
- 生鮮食品やお惣菜などは購入後できるだけ早く冷蔵庫に入れる
- 冷蔵庫に入れた後も早めに食べる
- 加熱する(多くの細菌やウイルスは加熱によって死滅)
- 特に肉は中心部を 75 度で 1 分以上加熱する
- 肉や魚、卵などを使った後の調理器具は洗剤でよく洗い、熱湯で殺菌する



