

高城コミュニティセンターだより

第423号 2023年(令和5年)11月 高城コミュニティセンター発行

【所在地】〒682-0642 鳥取県倉吉市上福田480

【開館】平日9:00～17:00(休日・祝日・盆・年末年始を除く)

【TEL】28-0950 【FAX】28-6033

【E-Mail】kotakasi@ncn-k.net 【HP】http://www.ncn-k.net/kotakasi/



アーチェリー体験学習

日時 11月23日(木・祝日) 10:00～11:30

集合 高城コミュニティセンター

時間 8:00までに集まってください。

行先 淀江 アーチェリー練習場

募集定員 10名(親子参加も歓迎) **小学5年生以上**

参加費 無料(申込→高城コミュニティセンター)

内容 アーチェリー体験学習。アーチェリー未経験でも基本的なことを教えます。

服装 アーチェリーする時は、ジャンパー等の上着は脱ぎます。長袖Tシャツ等の袖口がフィットしている、ピチっとした袖口の服装が好ましいです。

主催 高城地区青少年健全育成協議会、倉吉市教育委員会
高城子どもいきいきプラン実行委員会

住民スポーツの日「走ろう教室&歩こう会」

毎月住民スポーツの日としてスポーツ交流をします。

歩く・走るを自分の体調に合わせて、自由に選択。自分のやってみたい方にご参加ください。

日時: 11月15日(水) 20:00～21:00

集合: 高城小学校 校庭側駐車場(直接お越し下さい)

参加費: 無料 *水分補給等は、持参してください。

主催: 高城コミュニティセンター

消えそうな ぬくもりのある方言

懐かしの思い出方言録《会話集》

ひゃあ年賀はがきを売んなっていな。早ゃあむんだぜ。たったこないだだったやあなけど…。そがしゅうりゃあ やんがて雪が降るやあになっだけ。昔しやあ文化の日にはや 駅伝駆けつたいなあ。

早くも年賀はがきが発売されます。早いものです。先日の様に思えるのに…。そんなこんなでやがて雪情報も…。昔の文化の日は一週駅伝の日でしたね。

《 美仙 》

スマホ教室

スマホ教室を開催します! 便利なスマートフォンをスマートに使いこなしてみませんか?

全4回(講習会3回・相談会1回)の予定で、11月で最終回です。1回だけの参加でも構いません。※ガラケーの方も参加可能ですが、スマホの貸し出しはありませんので、話を聞いていただくのみになります。

- 日時・内容
- ③ 11月24日(金) 9:30～10:30
講習会: SNS(ソーシャル・ネットワーク・サービス)の使い方
 - ④ 11月24日(金) 10:45～11:45
相談会: SNS(ソーシャル・ネットワーク・サービス)の使い方
- ※③④どちらか1回だけの参加でも構いません。

場所 高城コミュニティセンター

講師 山守集学校さん

申込 ③④いずれも11月15日(水)までに高城コミュニティセンターへお申し込み下さい。

定員 先着8名 ※定員になり次第締切。

持ち物 スマホ、筆記用具

参加費 無料

問い合わせ先 高城コミュニティセンター

主催 山守集学校

共催 高城コミュニティセンター

植樹祭を開催します!

日時 12月3日(日) 10:00～

場所 般若の一本松(記念碑)
棕波の大清水(記念碑)

- * 小学校・高学年が植樹をします。
 - * コウヨウザン(広葉杉)を植えます。
- ぜひ見に来てください



高城財産区

高城保育園 わんぱくクラブ

《実施日》

* 7日(火) 戸外遊び

* 14日(火) 戸外遊び

天候等により、内容を変更することがあります。ご了承ください。

戸外遊び…中庭、園庭、テラス等で遊びます。
(散歩に出掛けることもあります。)

室内遊び…保育室または遊戯室などで、ふれあい遊びや室内遊具で遊びます。

時間…午前9時30分～午前10時45分

準備物…必要に応じて着替え、帽子、お茶などご持参ください。

絵本の貸し出しを行っています。

保育士による育児相談を行っています。お気軽にご相談ください。

お問い合わせ

高城保育園 ☎ 0858-28-2202



《利用される方へのお知らせ・お願い》

・オープンデーを利用される際には、事前に連絡をお願いします。

・来園時、保護者の方は、マスクの着用をお願いします。また、玄関にて手指の消毒をお願いします。

・子どもさんまたは保護者の方の体調のすぐれないときには、オープンデーの来園をお控えいただきますようお願いいたします。

・保育園で感染症が発生したり、悪天候のために警報が発令されたときは、オープンデーを中止します。

倉吉市スポーツ推進委員協議会 主催

「新体力テスト 交流会 in くらよし」

日時 11月19日(日)

受付 8:30～9:00(9:00～11:30終了)

場所 倉吉体育センター(かまぼこ体育館)

対象者 倉吉市在住者



内容: 血圧測定、握力など自分の体力は、どのくらいなのかを知ってもらう絶好のチャンスです。ぜひ、たくさんの方に体力測定を実施して頂きたいと思います。

参加特典: くらすけくんオリジナルステッカーを参加者全員にプレゼント。

連絡先: 倉吉市教育委員会 社会教育課 22-8167 又は、高城地区スポーツ推進委員 田中まで(高城コミュニティセンター 28-0950) お願いします。田中とご指定ください。

乳幼児クラブ

日時: 11月10日(金) 10:00～12:00

場所: 上米積児童センター

内容: 0歳児からの性教育(水着ゾーン・おまのケアの話、ハンドマッサージ、赤ちゃんの体重測定、育児相談等)

講師: 晴れの実さん

(助産師: 池上清香さん・谷上みのりさん)

対象: 妊婦、

0～6歳くらいまでの乳幼児とその保護者

申込: 11月8日(水)までに高城児童センターへお申し込み下さい。

定員: 先着10組

持ち物: 母子手帳、子どもさんに必要な物(おむつ、飲み物等)

参加費: 無料

問合先: 高城児童センター ☎ 28-5588

主催: 高城児童センター・上米積児童センター
高城コミュニティセンター

●『赤ちゃん見守り隊』募集!

乳幼児クラブ時にお母さん方が工作等に取り組んでいる間に赤ちゃんと一緒に遊んで下さる地区住民を募集します。赤ちゃんに触れ合いたい方大歓迎です。希望者は児童センターかコミュニティセンターに連絡して下さい。

●不要になった妊婦用品や赤ちゃん用品があれば上米積児童センターに持参して下さい。3月の乳幼児クラブの際に希望者に無料配布をする予定です。

「恋・こい・koi 恋活イベント」

小さなカップケーキづくりを楽しみながら、すてきな相手を見つけませんか。

日時 12月10日(日)

13:00～16:00

会場 moco satellite-studio (東巖城町)

※送迎車を準備しますので、集合場所はお知らせします。

参加費 男性2,000円 女性1,000円

募集人数 男性、女性 各6名ずつ

内容 自己紹介ゲーム、モルック大会等…

おやつ作りとして、かわいい小さなカップケーキを作りティータイムを楽しみます。

参加希望の方は、高城コミュニティセンターにお問い合わせください。また、申込用紙がありますのでご記入いただき、高城コミュニティセンター恋活支援イベント担当: 田中へお渡し下さい。

※募集定員がいっぱいになりましたら、締め切らせていただきますのでご了承ください。(恋活支援事業 代表: フジイ)



セカンドスクール

放課後子ども教室は、10/4～10/7の3泊4日で「宿泊体験学習・セカンドスクール」を実施しました。今回の参加者は14名。5年生7名、6年生7名が学校からコミュニティセンターへ帰るとさっそく宿題に取り掛かり、音読、連絡帳サイン等は地域の大人が見守りました。初日は開校式もあり、目的意識を持つなど4日間の過ごし方を聞きました。地域の人と一緒に夕食の準備やお風呂に行くなど生活の指導も受けながら、にぎやかに日々が過ぎて行きました。この体験が色々な場面で活かされることを期待しています。



写真(左)…地域講師によるクイズやロープワーク
写真(右)…14名が元気にセカンドスクール開始!

高城ふれあい健康マラソン・ウォーキング

10月22日(日)、前日まで雨が降り続いていましたが、無事天候に恵まれ、4年ぶりにマラソン・ウォーキング大会を開催することができました。近年は体育事業の参加者の減少が危ぶまれています。マラソン・ウォーキングには総勢70名以上もの参加があり、賑やかで充実したイベントとなりました。



ふれあいセンターについてのお知らせ

改修工事の為、令和5年11月から令和6年3月末にかけて、ふれあいセンターの使用ができなくなります。地域住民の皆様にはご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

工事は、ふれあいセンターの全面フロア化、100畳の部屋を2つに分け壁を作る、ステージを取り払って会議室を作り、東側に窓を設置することなどを予定しています。

高城コミュニティセンター運営委員会

★「第5回 倉吉市コミュニティセンター活動展」★

倉吉市内13地区のコミュニティセンター活動パネルとコミセンだよりが勢揃い!2日間ともパネル展示や体験コーナーを実施します。お誘い合せの上、ぜひご来場ください。

【会場】倉吉未来中心アトリウム



パネル展示 2023.12.2(土) 3(日)
[9:00-22:00] [9:00-15:00]

体験コーナー 【参加費無料 各30人程度・先着順】

..... 12月2日(土)

🐱フレイル予防のカンタン体操をしよう♪ 10:00~11:00

🐱お正月飾りを作ろう♪ ミニ鏡餅 13:00~14:00(受付12:00~)

..... 12月3日(日)

🐱うわなだに伝わる話を観よう(DVD上映会) ※カフェは無くなり次第終了

10:00~11:40 コミセンカフェ(カフェは11:00まで)

13:00~14:40 男のクラブ おがもカフェ(カフェは14:00まで)

問合せ先) 倉吉市公民館連絡協議会事務局(成徳コミュニティセンター)
TEL 0858-22-1301

主催 倉吉市公民館連絡協議会 共催 倉吉市

★新型コロナウイルス感染状況等に合わせた感染対策を行いますので、来場の際にはご理解ご協力をお願いします。

高城クラブが中部地区グラウンド・ゴルフ大会で準優勝に輝きました

中部地区老人クラブ連絡協議会が主催の、第11回グラウンド・ゴルフ大会にて団体の部では倉吉Dチーム(高城クラブ)が準優勝、個人の部では杉本信樹さんが準優勝されました。おめでとうございます!

【団体の部】

倉吉Dチーム 準優勝(236打)
(高城クラブ)



阪本 常義 <福積>
松井 彰子 <下米積>
山根 竹美 <桜>
山根 哲邦 <河来見>
杉本 信樹 <上福田>
阪本 富美子 <福積>

【個人の部】 準優勝(32打)

杉本 信樹 <上福田>

ありがとうございました
金一封 横手 河野優 様
(故妻 コチエ 様)

高城地区振興費と福祉事業費にご厚志いただきました。

謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

11月17日は「世界 COPD デー」です。

COPD(慢性閉塞性肺疾患)は「肺の生活習慣病」と言われており、たばこや粉塵など、有害物質を長年吸い込み続けることで、気管支に炎症が起こり、肺胞が壊れてしまうことで呼吸が苦しくなる病気です。発症すると完治する事は難しく、重症化すると日常的に酸素ボンベが必要になる場合があります。

主な原因は喫煙である為、たばこをやめるのが早ければ早いほど発症リスクが軽減できます。

当てはまる項目が多い場合は医療機関へ

- たばこを長期間吸っている
- 風邪を引きやすい
- 咳や痰が続く
- 階段などで息が切れるようになった
- 体を動かすと動悸がしたり、胸が抑えつけられる感じがする。

COPDの認知度に関するアンケートにご協力ください。



※実施期間:令和5年11月30日まで

11月 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
			7 犬の日	8 書道・習字の日	9 みかんの日	10 かき揚げの日
1 津波防災の日	2 アパート記念日	3 民児協定例会	4 高城給食ボランティア研修会 13:30~	5 移動サロン	6 乳幼児クラブ 上児)10:00~ 給食(業者弁当)	7 トイレの日
12 小学生・高齢者ふれあい活動(花鉢プレゼント)	13 洋服記念日	14 うるしの日	15 なごもう会 13:30~	16 世界糖尿病デー	17 七五三	18 幼稚園記念日
19 新体カテスト交流会inくらよし	20 ホテルの日	21 歌舞伎座開業記念日	22 小雪	23 労働感謝の日 アーチェリー体験学習	24 ねぎらいの日	25 給食(業者弁当) スマホ教室③④
26 ベンの日	27 いい風呂の日	28 太平洋記念日	29 議会開設記念日	30 絵本の日		

(上児)上米積児童センター (小)高城小 ※予定は変更になる場合があります。
11月から3月末までの間、ふれあいセンターは改修工事のため使用できません。

サークル	🎵 すぎなの会	🎨 ちぎり絵	🎵 尺八	🎨 水彩画	📺 たけのこ
------	---------	--------	------	-------	--------

人口推移

2023年9月末 倉吉 20,524世帯 44,366人 高城 736世帯 1,749人	1927年(昭和2年) 高城 721戸 3,911人 1923年…関東大震災 1929年…世界恐慌
--	--

11月の行事・記念日

12日 洋服記念日

1872年(明治5年)11月12日に「礼服ニハ洋服ヲ採用ス」という太政官布告が出されたことで、政府の役人は礼服には洋服を着用することが義務付けられました。この太政官布告から、日本の洋服の歴史が始まったことを記念し、1972年(昭和47年)に全日本洋服協同組合連合会より洋服記念日が制定されました。