

高城コミュニティセンターだより

第433号 2024年(令和6年)9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/

高城コミュニティセンターだよりは高城コミュニティセンターホームページにカラーで掲載しています。



骨盤体操教室

日時	⑥10月1日(火)10:00～11:00
場所	高城コミュニティセンター
内容	身体の歪みや姿勢を整え、動きやすい身体にする体操の初級編
対象	地区住民
定員	特になし
申込	9月17日(火)までに高城コミュニティセンターへ
持ち物	ヨガマットかバスタオル、骨盤体操用枕(ある人)、ゴムバンド(ある人)、飲み物
参加費	無料
講師	土井智恵さん
主催	高城コミュニティセンター

令和6年度 町内学習会事前研修会

地区同和教育推進員の 皆さまを対象に町内学習会の進め方や内容を事前に学習し、自治公民館で町内学習会を開催して頂きます。事前に町内学習会の開催日時をご相談頂き、当日は報告して頂けますようお願い致します。

日時	10月11日(金) 19:00～
場所	高城コミュニティセンター 大会議室
持ち物	筆記用具
問合せ	高城地区同和教育推進協議会 事務局 (高城コミュニティセンター 田中)
主催	高城地区同和教育推進協議会

日本海新聞「楽しい新聞講座」

日時	9月20日(金)10:00～ 1時間程度
講師	日本海新聞 尾上明記者
内容	新聞の楽しみ方やクイズ、古新聞を使ったエコバッグ作り体験をします。
申込	9月13日(金)までに高城コミュニティセンターへお申し込みください。
備考	元々は、高齢者(いきいきサロンなど)向けの講座ですが、子供から大人まで、どの年代も楽しめます。



市民スポーツ大会(市スポーツ推進委員協議会)

「ファミリーバドミントン交流会」

日時	10月6日(日)9:00 開始(午前中)
会場	倉吉市営体育センター(通称:かまぼこ体育館)

上記の開催にあたり、高城地区内で練習会をします。

「ファミリーバドミントン」練習会

日時	9月24日(火)20:00～20:50 まで
会場	久米小学校体育館へお集まりください。
持ち物	上履き、タオル、運動しやすい服装



「子どもいきいき・セカンドスクール」開催のお知らせ ～ 生活体験を通して、子どもたちの底力を引き出そう! ～

開催日 10月2日(水)～5日(土)3泊4日

場所 高城コミュニティセンター

目的・内容 セカンドスクールとは、参加希望の6年生14名が自宅を離れ一緒に共同生活を行うことにより、自立心や協調性を培うと共に、この体験や学びを普段の家庭や学校生活の中で活かしてもらう事を目的として実施します。日中は学校に通い、放課後はコミュニティセンターを拠点に生活体験(食事、洗濯、風呂、学習、身支度等)を行います。基本的な家庭での生活を共同で行い、普段は家族に任せていることも自分たちの力で一緒にやり遂げて、家族への感謝の心に気づいていくことを学びます。

主催 子どもいきいきプラン実行委員会、倉吉市教育委員会

問合せ 子どもいきいき 事務局:28-0950 (田中)

※5 類)新型コロナウイルス感染予防対策を講じて開催いたします。
(手洗い、手指消毒、体調管理(検温)、施設内の換気等)



第2回 すまいる高城サロン

参加者を募集しています。サロンはどなたでも参加できますので、お気軽にお申し込みください☺

日時	9月17日(火)10:00～12:00
場所	高城コミュニティセンター
内容	10:00 開会 10:05 フレイル予防 10:20 「笑って脳の活性化」 講師 海村 信一郎 氏 11:20 介護予防食について(高城食生活推進員) ⇒会食(昼食) 12:00 閉会
参加費	1人300円 ※当日集金します。
申込	9月11日(水)までに高城コミュニティセンターへお申し込みください。(☎0858-28-0950) ※一般参加は20名までです。 ※食事の準備がありますので、必ず期日までに申し込みをお願いします。 ご不明な点やご相談のある方は、高城コミュニティセンターまでお問い合わせください☺

コミュニティセンター事業で今後取り上げて欲しいこと(テーマ・内容等)をコミュニティセンターへお知らせ下さい!

乳幼児クラブ

日時	9月13日(金)10:00～12:00
場所	上米積児童センター
内容	骨盤体操
講師	土井智恵さん
対象	妊婦、0～6歳くらいまでの乳幼児とその保護者
申込	9月6日(金)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	ヨガマットかバスタオル、飲み物、子どもさんに必要な物(おむつ、飲み物等)
参加費	無料
問合せ	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ぶ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。希望者は高城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高城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。

高城保育園 わんぱくクラブ

《実施日》	* 3日(火) 戸外あそび * 6日(金) 絵本の読みきかせ * 10日(火) 戸外あそび * 13日(金) 戸外あそび * 17日(火) 戸外あそび * 20日(金) ふれあいあそび * 24日(火) 戸外あそび * 27日(金) 戸外あそび
-------	---

※9月は、お花紙をまらめて、ぶどう製作をします。
※天候等により、内容を変更することがあります。

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。
- ・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。

『住民スポーツの日』参加者募集!

日時:①9月12日(木)18:00～19:00
②9月13日(金)18:00～20:00

場所:久米小学校校庭・体育館

内容:サッカー

対象:①木曜:年中児・年長児

②金曜:小学生

申込:①②共9月5日(木)までに代表者(090-5892-0448)へお申し込み下さい。

定員:①②共先着5名

持ち物:動きやすい服装、上履き、飲み物

参加費:無料

問合せ:高城コミュニティセンター

主催:久米小学校開放企画運営委員会



毎年9月は、「がん征圧月間」です

日本人の死因の第1位である“がん”は、国民の2人に1人がかかり、3人に1人が死亡するといわれています。しかし、がんは、早期発見・早期治療により、約9割が治ると言われています。大切な命を守るために、がん検診を受けましょう。

国立がん研究センターがん予防・検診研究センターがまとめた「がんを防ぐための新12か条」が、がん研究振興財団から2011年に公開されました。この新12か条は日本人を対象とした疫学調査や、現時点で妥当な研究方法で明らかとされている証拠を元にまとめられたものです。

日頃から、生活習慣に気をつけ、がんになりにくい身体づくりを目指しましょう。

あなたのライフスタイルをチェック！そして今日からチェンジ！！

がんを防ぐために今日から始める12か条

① たばこは吸わない	⑦ 適度に運動
② 他人のたばこの煙を避ける	⑧ 適切な体重維持
③ お酒はほどほどに	⑨ ウイルスや細菌の感染予防と治療
④ バランスのとれた食生活を	⑩ 定期的ながん検診を受ける
⑤ 塩辛い食品は控えめに	⑪ 身体の異常に気がついたらすぐに受診
⑥ 野菜や果物は不足にならないように	⑫ 正しいがん情報でがんを知る

(参考文献 日本対がん協会、がん研究振興財団)

健康推進課

倉吉市人権絵本の紹介

2023年度制作の倉吉市人権絵本が届きました。22冊目の人権絵本には「違いを認め合うことの大切さ」をテーマに、感じ方や考え方の違いを認め合う大切さが大人から子どもまで広く伝わるように「ちがいどーれだ！」を作られました。ぜひ、人権学習等にご活用下さい。



打吹夏まつり

「みつばし踊り大会」で笑顔弾ける！

8月3日倉吉市銀座大通りで恒例の打吹夏まつりのみつばし踊り大会が盛大に行われました。

夕暮れになると若干暑さもやわらぎ、開始の合図とともに、高城の踊り子25名も懸命に声を出しながら、華麗な踊りを見せていました。みつばし踊り、つつじ音頭の2曲を交互に楽しい時間を過ごしました。



令和6年度 高城まつりを終えて

去る7月28日(日)新しく開校した久米小学校グラウンドにて高城まつりが開催されました。

昨年まで高城まつりを、音の祭りとして20数年間にわたり、まつりを支えて頂いた音響スタッフが、スタッフの高齢化により祭りの参加を辞退されました。

今回は新しい試みとして、ステージ設営、音響スタッフを新しく地元業者へ委託しました、初めての音響スタッフさんですので完璧とは言えないかもしれませんが、来場していただいたお客様は楽しんで頂いたように感じています。

また屋台においても、多数の屋台出店を頂き様々な品物を販売して頂き、猛暑のなか頑張ってくださいました。

まだまだ、高城まつり、全体を通して考えなくてはならない問題点が、数多くあるように考えます。

来年度に備え、今年の反省点を踏まえて各部門代表者会等で話し合っ、楽しい 高城まつり を作りたいと考えますので宜しくお願い致します。

高城まつり実行委員会



9月

日	月	火	水	木	金	土
1 防災の日	2 宝くじの日	3 骨盤体操教室 10:00~11:00 ベッドの日	4 串の日	5 移動サロン フレイル予防 講座 19:00~20:00 国民栄誉賞の日	6 カラスの日	7 白露
8 健康教室 9:30~13:00 明治改元の日	9 重陽の節句	10 なごもう会(ふ) 世界自殺予防デー	11 工場見学 (モリタ製作所) 9:30~ たんぱく質の日	12 移動サロン 住民スポーツの日 とっとり県民の日	13 乳幼児クラブ 上児)10:00~ 給食(業者弁当) 住民スポーツの日 世界法の日	14 コスモスの日
15 水辺の楽校草刈り 第3グループ 7:00~ 老人の日	16 敬老の日 競馬の日	17 第2回すまいる 高城サロン 10:00~12:00 イタリア料理の日	18 かいわれ大根の日	19 移動サロン 苗字の日	20 楽しい新聞講座 10:00~ 空の日	21
22 秋分の日	23 振替休日	24 なごもう会(ふ) ファミバド練習会 小)20:00~	25	26 移動サロン	27 給食(業者弁当)	28
秋の全国交通安全運動						
29 地区運動会(小) 9:00~12:00	30 自治公館長会 19:00~					

(上児)上米積児童センター (小)久米小 (ふ)ふれあいセンター ※予定は変更になる場合があります。
※事務室閉室(職員不在)日は、事前に連絡頂ければ貸館はできます。

サークル(ふ)

すぎなの会

ちぎり絵

尺八

水彩画

たけのこ

人口推移



2024年7月末
倉吉
20,503 世帯
43,778 人

高城
726 世帯
1,707 人

2023年7月末
倉吉
20,535 世帯
44,482 人

高城
733 世帯
1,758 人



9月の行事・記念日…12日 とっとり県民の日

明治14年(1881年)9月12日に鳥取県が島根県から分離し、再置されたことで現在の鳥取県になったことから平成10年に制定がされました。

とっとり県民の日には、県民の日に関連したさまざまな催しや、公共施設の無料開放、入場料の割引等が行われています。

第11回 倉吉総合産業高校同窓会 久米支部定時総会

開催日 令和6年9月13日(金)
午後6時~

開催場 社コミュニティセンター(社公民館)
倉吉市国分寺74-1
TEL 0858-28-2155

高城地区運動会を開催します！

日時 令和6年9月29日(日)
9:00~ 開会
~12:00頃 閉会予定

場所 久米小学校 校庭

詳細は全戸配布のチラシをご覧ください

体育部