

高城コミュニティセンターだより

第455号 2026年(令和8年)8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

8月

August

耳つぼと香育アロマの不思議

耳には110以上のつぼがあると言われています。自分の耳を観察して、集中力を養ったり、快眠を促したり、体調を知りましょう。香育とは、植物の恵みでもある精油の香り体験を通して嗅覚に意識を向け、豊かな感性や自然環境の大切さを学べると共に、天然の香りで心も身体も元気になる知恵も学べます。

自由研究や夏休みの思い出にどうですか？

日 時…8月17日(月)15:00～16:00

場 所…高城コミュニティセンター

対 象…小学生親子(未就園児・未就学児・中学生以上の兄弟姉妹さんの参加も可)

定 員…特になし

申 込…8月7日(金)までにコミセンへ

持ち物…手鏡、筆記用具(メモ帳も)

参加費…無料

講 師…山増香さん

主 催…高城コミュニティセンター

ドローン体験

ドローンの基礎知識について学びます。実際にドローンを対象物まで飛ばして戻したり、目標地点に着地させたりしてみよう。ドローンを飛ばしたいけど、どうしたら良いの？免許や資格って要るの？飛行体験を通じてそんな疑問にもお答えします。記念写真も撮ります。

自由研究や夏休みの思い出にどうですか？

日 時…8月19日(水)15:00～16:00

場 所…高城コミュニティセンター

対 象…小学生親子(中高生の兄弟姉妹さんの参加も可能ですが、未就園児・未就学児さんは安全面のためご遠慮下さい。)、地区住民(大人の方も是非どうぞ)

定 員…先着10名 ※定員になり次第締切

申 込…8月10日(月)までにコミセンへ

持ち物…なし

参加費…無料

講 師…湯梨浜無人航空そらあい 山田太一さん

主 催…高城コミュニティセンター

骨盤体操教室

※8月はお休みです。

日 時 ⑤9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 8月18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

生活文化部企画講演

介護について「もし明日家族が倒れたら」

～慌てないために知っておきたい介護の話～

日時…9月8日(火) 19:00～20:00

場所…高城コミュニティセンター 大会議室

講師…訪問看護ステーションみつば 福田さん

問い合わせは、高城コミュニティセンターへ

乳幼児クラブ

8月は、夏休み期間中のためお休みです。次回は9月11日(金)です。

高城クラブ

フレイル予防研修会、参加者募集

高城クラブがフレイル予防の研修会を企画しました。会員のみなさんだけでなく一般の方からも広く参加者を募集します。

講師として、倉吉市社会福祉協議会・うつぶき地域包括支援センターの方々にお願いをしております。講師の方々といっしょに身体を動かし、楽しみながら研修をしましょう。

開催日時 8月19日(火)10時～11時30分

場 所 高城コミュニティセンター

参 加 費 無料

申し込み 会員の方 高城クラブ会長 阪本常義

TEL≫080-5620-0448

一般の方≫高城コミュニティセンター

TEL 0858-28-0950

申込〆切 令和8年8月14日(金)

『住民スポーツの日』参加者募集！

日 時:①8月27日(木)18:00～20:00
②8月28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:小学生

申 込:8月20日(木)までに代表者(090-5892-0448)へお申し込み下さい。

定 員:各先着5名

持ち物:動きやすい服装、上履き、飲み物

参加費:無料

問合先: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

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！

障がい者アートを通じた人権学習

講演テーマ「あいサポート・アートセンターの取り組みと障がい者の創作活動について」

日時…8月24日(月) 19:00～20:00

場所…高城コミュニティセンター 大会議室

講師…あいサポート・アートセンター(鳥取県障がい者文化芸術活動拠点)

※お気軽にお越し下さい。

高城保育園 わんぱくクラブ

《実施日》

- * 4日(火) 水あそび
- * 18日(火) 感触あそび
- * 21日(金) 水あそび
- * 25日(火) 水あそび
- * 28日(金) ふれあいあそび

※8月は、絵の具でふわふわ かき氷製作をします。

※ぬれてもよい服か、水着とタオルを持ってきて下さい。

※天候・暑さ指数によっては、内容を変更する場合があります。

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。

水 遊 び…テラスで水遊びをします。濡れてもいい服装、タオルの準備をお願いします。

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。

〇絵本の貸し出しを行っています。

〇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、事前に確認をお願いします。
- ・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。

～7/26(日)高城まつり～

7月26日(日)、今年も「高城まつり」が無事に開催されました。当日は地域内からはもちろん、地区外からも大変多くの皆さまにご来場いただき、大盛況の祭りとなりました。工夫を凝らした各屋台のブースには長蛇の列ができ、どこも賑わいを見せていました。

ステージイベントでは、「ウエストジュニアプラスバンド」や「久米中学校吹奏楽部」による演奏で華やかにスタート。その後も「子ども銭太鼓クラブ」や、「しゃんしゃん傘踊り」、「マイトリー」の素敵な歌声、「ゆきちゃん安来節保存会」による熟練のパフォーマンスなどが披露され、最初から最後まで会場全体が一体となって盛り上がりしました。

まつり実行委員会をはじめ、準備から当日の運営までご尽力いただいた関係者の皆さま、そしてご協力いただいた地域の皆さまに、心より感謝申し上げます。



高城地区同和教育推進協議会第1回会員研修会 被爆体験伝承講話 被爆体験者の想いをつなぐ

広島市の被爆体験伝承者として活動を始められた川上慎治さんをお迎えし、7月7日に講演会を実施しました。

現在、被爆者は高齢化し、自身の被爆体験を伝えることが難しくなっています。川上さんは講演で、被爆前後の状況や原爆がどのようなものなのかなど、具体的にわかりやすく話されました。お話しの中での、「世界で広がりつつある核保有」「核戦争への危機感」などは、現在への警鐘と感じました。



＜参加者の感想(一部)＞

- ◎ 原爆資料館には数回行きましたが、悲惨な状況を説明してあり、(展示物など)原爆の恐ろしさを知っていましたが、今日の話は、より身近に悲惨さを感じることができました。指導者が平和を望んでいない国は、この先どういう行ないをするか、恐怖で仕方ないと思いました。
- ◎ 今日は、知らないことをたくさん学ばせて頂きました。空白の10年など、史実を知ることによって当時の様子や思いを知ることができました。今の社会はどうなってしまっているのでしょうか。辛くなってきました。
- ◎ 今の若者は、原爆を持ってもよいという人が増えている。今日の話をもっと多くの人に伝えなければと思った。

高城地区同和教育推進協議会

第13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8年9月11日(金) 午後6時～
開催場所 社コミュニティセンター(社公民館)
倉吉国分寺74-1
TEL 0858-28-2155

～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！

《食中毒予防の3原則》

1「つけない」

- ・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

2「増やさない」

- ・細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になるので、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

3「やっつける」

- ・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、洗剤でよく洗ってから熱湯で殺菌する

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

ありがとうございました
金一封 福積 稲毛 明子 様
(故 夫 豊範 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

8月

みつばし踊り大会18:00～
(倉吉銀座通り周辺)

1 水の日

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
カレーうどんの日	メアリーズコンサート 10:00～ はちみつの日	橋の日	タクシーの日	移動サロン 広島平和記念日	給食(業者弁当) 立秋	世界猫の日
9	10	11	12	13	14	15
長崎原爆の日	道の日	山の日 マッシュルームの日	君が代記念日	怪談の日	裸足の記念日	終戦記念日
16	17	18	19	20	21	22
電子コミックの日	耳つぼと香育アロマの不思議 15:00～ パイナップルの日	米の日	フレイル予防研修会10:00～ ドローン体験15:00～ 俳句記念日	移動サロン 蚊の日	給食(業者弁当) 献血の日	パニーニの日
23	24	25	26	27	28	29
	処暑 ドレッシングの日	なごもう会(ふ) 川柳発祥の日	人権宣言記念日	移動サロン 住民ｽﾎﾟｰﾂの日① ジェラートの日	住民ｽﾎﾟｰﾂの日② バイオリンの日	焼肉の日
30	31					
冒険家の日	自治公館長会 19:00～ 野菜の日					

(上児)上米積児童センター (小)久米小 (ふ)ふれあいセンター
※事務局閉室(職員不在)日は、事前に連絡頂ければ貸館はできます。

※予定は変更になる場合があります。

サークル(ふ)

すぎなの会

ちぎり絵

尺八

水彩画

たけのこ

～水辺の楽校草刈りお礼～

7月19日(日)、予定していた範囲の水辺の楽校の草刈りが無事に終了しました。協力して頂いた第3グループの自治公民館長さん、自治公民館協力員さん、水辺の楽校委員の皆さんありがとうございました。



人口推移

2026年6月末
倉吉
20,485世帯
42,580人
高城
713世帯
1,602人

2021年6月末
倉吉
20,661世帯
45,845人
高城
744世帯
1,856人



＜HP＞

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。



＜公式ライン＞

イベント・行事への参加連絡はラインからも受け付けています。

