

# 《今後の公民館活動のお知らせ》

## 「ソフトバレーボール大会」

日時：6月9日(日) 8時30分～  
 場所：聖郷小学校体育館  
 ソフトバレーボールを通じて健康増進と住民相互の親睦を深めましょう。  
 普段会えない人にも会えますよ、懐かしい顔を見に来てください。一緒に汗を流しましょう！  
 応援をお願いします。

## 「ソフトボール大会」

日時：8月18日(日) 8時00分～  
 場所：聖郷運動広場  
 ソフトボールを通じて体力の向上、参加者相互の親睦を深めましょう。  
 暑いときですが、暑さをふっ飛ばして一緒に汗を流しましょう！各部落の皆さんチームを作ってください。応援をお願いします。

## 「女性部視察研修」

日時：6月22日(土) 8時30分～17時  
 ＊研修先：石谷家住宅、因幡万葉歴史館、みたき園  
 智頭の観光名所として有名な「石谷家住宅」山奥にある「山菜料理 みたき園」。また、因幡の古代の歴史や文化を紹介した「因幡万葉歴史館」で「令和」の特設コーナーなど、一緒に楽しいひと時を過ごしましょう！

## 「防災講座」

～下郷・上郷地区公民館共催事業～  
 日時：6月28日(金) 19時30分～21時  
 場所：下郷地区公民館  
 自主防災活動アドバイザーの安谷潔美さんを講師に迎え「避難所運営ゲーム防災講座」を開催します。避難所で起こる様々な出来事に対処していくか模擬体験し防災の意識を上郷・下郷の皆さんと一緒に高めましょう！

## 「合同視察研修」

日時：7月6日(土) 9時～17時  
 ＊研修先：水木しげるロード他  
 2018年7月リニューアルオープンした水木しげるロードにいけます。  
 より楽しく、より快適に、より怪しく生まれ変わった水木しげるロード！妖怪ブロンズ像が177体、広くなった歩道でゆったりと一緒に散策を楽しみましょう！

## 「DIY棚づくり教室」

日時：8月31日(土) 9時～12時  
 場所：下郷地区公民館  
 中部ものづくり道場代表の岡本尚機さんを講師に迎え、「DIY棚づくり教室」を開催します。今流行のDIY、自分で棚を作ってみませんか？講師の先生が、丁寧に教えて下さいます。どなたでもお気軽にご参加ください。

## 「せいごうキッズ」はじまります！

聖郷小学校児童を対象にした体験活動「せいごうキッズ」が古布庄・上郷・下郷地区公民館の3館と聖郷小学校合同で2回開催します。みんなで参加してね！  
 ① 7月30日(火)：ぱにーに湯梨浜店でパン作り体験とモリタ製作所の工場見学  
 ② 12月14日(土)：内容は未定です。お楽しみに(\*^\_^\*)



皆さまの参加をお待ちしています！

# 下郷地区 公民館だより

令和元年



発行：下郷地区公民館  
 電話・FAX(0858)53-1886

〒689-2355 鳥取県東伯郡琴浦町 517  
 Eメール simogou-kouminkan@town.kotoura.tottori.jp



## 今年もやります！まちの保健室



「まちの保健室」は学校の保健室のように、どなたでも気軽に来ていただくことができ、自分の健康について相談したり、振り返りできる場所です。健康チェックや体力測定もを行いますので、みなさまお誘いあわせておいでください！

- ◇ 内容：①健康チェック  
 血管年齢測定、血圧測定、体重・体脂肪測定、尿検査・尿中塩分測定等
- ②体力測定
- ③健康相談
- ④テーマ「自分の体を知ろう！仲間づくり」

### ◇ 開催日程

	開催日時	内 容	会場
第1回	令和元年6月16日(日) 9時15分～11時15分	「肩・腰・膝痛予防体操」 講師：コンディショニング コーディネーター谷川哲也 氏	美好部落公民館
第2回	令和元年6月30日(日) 9時15分～11時15分	「笑いヨガ」 講師：ラフターヨガリーダー 椅子ヨガ教室パンダ 井本法子 氏	鋤部落公民館
第3回	令和元年9月28日(土) 19時～21時	「肩・腰・膝痛予防体操」 講師：あきたの整体院 秋田良輔 氏	倉坂部落集会所
第4回	令和元年10月27日(日) 9時15分～11時15分	「肩・腰・膝痛予防体操」 講師：コンディショニング コーディネーター谷川哲也 氏	上光好部落公民館
第5回	令和2年1月頃	鳥取看護大学と協同で開催予定	下郷地区公民館







## 令和元年度地区役員名簿

部落名	区 長	教養部長	体育部長	スポーツ推進員	女性部長	健康づくり推進員
下大江	光浪真二	上口彰夫		丸山 保		光浪真二
松 井	松本博國	坂本昌弘				坂口純子
杉 下	手嶋一夫	吉田晃宏	尾古昌之	村上貴康	尾古佳代	吉田晃宏
平 和	青亀寿宏	青亀 農				辻本公洋
森 藤	生田孝信	河本道広			陰山智恵	陰山智恵
上光好	三浦勝美	杉嶋裕司				成岡朋弘
下光好	小前裕之	山元静也			小前泰子	小前実子
上 勳	藤原憲司	小前 寿			藤原幸美	藤原憲司
勳	河本時則	杉本清子	門脇淳一		鈴木裕美	杉本清子
美 好	西本恭博	渡辺孝志			倉光尚美	三嶋顕寛
三 保	久米良孝	池口隆仁		手嶋信広 中川康子	松本陽子	竹中郁博
倉 坂	田中清治	宮本 徹	山根一義			木山康宏



## 公民館運営協議会委員名簿

(任期：平成30年4月1日～令和2年3月31日)

	氏 名	部 落	備 考
1	藤原 憲司	上 勳	学識経験者
2	野田 千卯	森 藤	人・同推協代表
3	中川 康子	三 保	スポーツ推進委員代表
4	小代ひとみ	杉 下	女性教育
5	井東千恵子	下大江	青少年教育
6	三浦 幸信	上光好	区長会代表
7	河本 道広	森 藤	教養体育部代表
8	藤本 正信	美 好	地域活動
9	岩本 宏子	勳	地域活動
10	難波 浩幸	上光好	聖郷小学校PTA代表

皆さま、お世話になります。よろしくお願いいたします。



## 公民館利用についてのお願い



### \* 公民館利用について \*

開館日：月曜～金曜日午前9時～午後5時  
 使用時間：午前9時～午後10時  
 ・「使用許可願」が公民館にありますので、記入し提出してください。  
 ・用紙は琴浦町のホームページからもダウンロードできます。  
 ・電話でのお申込みも行っておりますのでお気軽にお問合わせ下さい。

### \* ご利用になった方へ \*

・公民館をご利用になった方は、「公民館使用日誌」の記入を忘れずにお願います。  
 ・皆さんが気持ちよく使えるように使った後は、部屋の清掃・整理整頓にご協力ください。  
 ・ごみは各自で必ずお持ち帰りください。お帰りになる時は、再度確認をお願いします。



## 令和元年度 おもな公民館行事 (まちの保健室は、表紙に記載)

開催日	行事内容	会 場	備 考
5月11日(土)	・故郷めぐり	倭文神社 ぱにーに湯梨浜店	
6月9日(日)	・ソフトバレーボール大会	聖郷小学校体育館	
6月22日(土)	・女性部視察研修	石谷家住宅・みたき園 因幡万葉歴史館	
6月28日(金)	・防災講座 「避難所運営ゲーム防災講座」	下郷地区公民館	下郷・上郷公共催
7月 6日(土)	・公民館視察研修	水木しげるロード他	
8月18日(日)	・ソフトボール大会	聖郷グラウンド	
8月31日(土)	・DIY 棚づくり教室	下郷地区公民館	
10月 6日(日)	・町民運動会	聖郷小学校グラウンド	
10月20日(日)	・グラウンドゴルフ大会	上光好芝広場	
10月26日(土)	・手芸教室	下郷地区公民館	
11月16日(土)～ 17日(日)	・公民館まつり (芸能大会・作品展・筋トレ体験など)	カウベルホール	
12月27日(金)	・正月用フラワーアレンジメント教室	下郷地区公民館	
R2. 2月 2日(日)	・卓球大会	聖郷小学校体育館	

※都合により内容、日程が変更になる場合があります。



皆さまの参加をお待ちしています!

## 《公民館活動報告》2月～5月

「卓球大会」2月3日(日)聖郷小体育館

\*男子17チーム

優勝 森藤A

準優勝 三保A

3位 美好A

3位 勳A

\*女子10チーム

優勝 森藤

準優勝 杉下

3位 上光好

## 「まちの保健室」

2月24日(水)参加者:59名

鳥取看護大学によるまちの保健室で、普段なかなか計ることができない「骨密度測定」もあり関心度アップにつながりました。♪



## 「故郷めぐり」

5月11日(土)参加者:22名

子授け・安産の神として信仰を集めている「伯耆一ノ宮倭文神社」と「ぱにーに」でパンとキャンドルづくりの体験をしました。♪

