



# 地区公民館だより うらとめ

編集発行313号  
浦富地区公民館  
令和5年5月31日発行  
TEL・FAX 72-8080  
mail: uradome-k  
@eagle.ocn.ne.jp

5/1 現在浦富地区人口：3577人 男性：1738人 女性1839人 世帯数：1415世帯

## いつまでも 健康長寿で！

【5月18日開催：お気軽♪健康サロン】

鳥取医療生協・鳥取県生協と共催して、健康サロンを開催。簡単な健康チェック・フレイル予防のお話・気軽にできる体操を教えてくださいました。健康長寿の秘訣は、一人で黙々と…ではなく、和気あいあいと仲間と取り組むことが一番です。おしゃべりも大事ですので、口も動かしながら体も動かしましょうね(\*^▽^\*)



## なごみ農園完成！

【5月6日開催：なごみ農園づくり】

事業に活用できるように、夏野菜、さつまいもを植えました。なごみ農園では一年を通していろいろな野菜を植えています。いちごの収穫は終わったので次は玉ねぎ・じゃがいもを収穫していきます(\*^^\*)



【5月20日開催：いちご収穫祭】

## いちごたっぷりパンに アイス最高！

今年は4月終り頃からいちごを収穫し始め、なんと30kgのいちごが収穫できました(\*^-^\*) 冷凍庫の中がパンパンです♪これからの事業に活用していこうと思います。

早速、子どもたち向けに簡単ないちごジャムパン&アイスクリームづくりを実施🍓本格的なパンとはほど遠いけど、それなりに美味しくできたかな。また来年もたくさん採れるといいな♪



## おめでとう👑



令和5年度岩美町体育会主催地区対抗競技が始まりました。先陣を切ってグラウンドゴルフ大会が開催され、なんと昨年へ続き優勝されました♪(\*^^)v素晴らしい👏👏👏参加された皆様、お疲れさまでした♪



日	曜日	6月の行事&館内利用予定	
1	木	女性初級囲碁教室(1F)	9:00
11	木	きーまな会(1F)	13:30
2	金	パソコンに親しむ会(1F)	9:00
12	金	てんとう虫(2F)	9:00
13	金	松かさ短歌会(1F)	13:30
14	金	人権教育推進会(2F)	19:00
3	土	第1回花づくり運動	8:30
15	土	コスモロード看板づくり(1F)	9:30
16	土	囲碁クラブ【暮線の会】(1F)	13:00
6	火	パンダサークル【囲碁】(1F)	9:00
17	火	あおぞら(2F)	9:00
7	水	にこにこ体操サークル(2F)	10:00
18	水	なごみの玉手箱体操サークル(2F)	10:55
19	水	ハーモニカフレンズ(1F)	13:00
8	木	浦里会(調)【担当:浜1】	8:00
20	木	女性初級囲碁教室(1F)	9:00
21	木	民児協(1F)	13:30
9	金	百人一首を楽しむ会(1F)	9:30
22	金	きーまな会(1F)	9:30
10	土	大正琴【砂山会】(1F)	12:30
23	土	囲碁クラブ【暮線の会】(2F)	13:00
11	日	町浦富自治会(2F)	9:00
13	火	パンダサークル【囲碁】(1F)	9:00
24	火	あおぞら(2F)	9:00
14	水	絵手紙教室(1F)	9:00
25	水	にこにこ体操サークル(2F)	10:00
15	木	なごみの玉手箱体操サークル(2F)	10:55
26	木	楽集ネットワーク(1F)	15:00
16	金	女性初級囲碁教室(1F)	9:00
27	金	てんとう虫(2F)	9:00
17	土	大正琴【砂山会】(1F)	12:30
28	土	きーまな会(1F)	9:30
18	日	囲碁クラブ【暮線の会】(1F)	13:00
20	火	パンダサークル【囲碁】(1F)	9:00
21	水	にこにこ体操サークル(2F)	10:00
22	水	なごみの玉手箱体操サークル(2F)	10:55
23	木	ハーモニカフレンズ(1F)	13:00
22	木	浦里会(調)【担当:浜2】	8:00
24	木	女性初級囲碁教室(1F)	9:00
23	金	大人のクッキング① 「ロールケーキ」	9:00
25	金	てんとう虫(2F)	9:00
24	土	きーまな会(1F)	9:30
26	土	大正琴【砂山会】(1F)	12:30
27	土	囲碁クラブ【暮線の会】(2F)	13:00
27	火	パンダサークル【囲碁】(1F)	9:00
28	火	あおぞら(2F)	9:00
28	水	パソコンに親しむ会(1F)	9:00
29	水	にこにこ体操サークル(2F)	10:00
30	水	なごみの玉手箱体操サークル(2F)	10:55
29	木	ハーモニカフレンズ(1F)	13:00
29	木	女性初級囲碁教室(2F)	9:00
30	木	びよんびよんサロン(1F)	9:30
30	金	健康講座① 「ストレッチボール健康法」	10:00

# わが町のお店はっけーんコーナー

荒砂神社近くのカフェ

## << Beach side cafe ブエナビスタ >>

とってもかわいい店長さん 山根 里美さん



元々、鳥取駅前などで営業しておりました、world というセレクトショップをオーナーの地元岩美で出来ないかと、数年前から場所を探して昨年この場所に移転。あまりにもロケーションが良く、カフェをするのに絶好の場所と思い、服屋さんにカフェを併設して営業する事になり、ブエナビスタが誕生しました。

名前の由来はまさに最高の景色、ブエナビスタとはスペイン語でそういう意味であり、音楽と映画が好きなオーナーが影響を受けた、キューバ映画の『ブエナビスタシリアルクラブ』から引用しています。

メニューは、全般的にロケーションに合わせて、ジャマイカ、ハワイ、東南アジアなどの南国料理をメインに、自家製ガトーショコラなどのスイーツ、ふわふわの台湾風かき氷など、食事の方も、お茶の方も楽しめるように幅広くございます。また、ほとんどのメニューがテイクアウト可能ですので、お気軽にご連絡ください。毎日の情報は、インスタからチェックお願いいたします。



黄色い看板が目印だよ！



【ジャックチキンプレート】スパイシーなチキンで柔らかくて美味しかったです♪

【店舗情報】 岩美町浦富 2475-16 TEL(0857)77-4379

開店時間 11:30~16:00 (LO15:30) 定休日: 水曜日 (海水浴期間は無休)

# 大人のクッキング①

【主催: 浦富地区公民館】

ふわふわのスポンジになごみ農園で採りたいちごのジャムクリームをたっぷり入れて巻きます(\*^^\*)

# ロールケーキ

◆日時: 6月23日(金) 9:00~11:30

◆場所: 浦富地区公民館【調理室】

◆定員 8名 ◆材料費: 200円

※定員になり次第受付は終了します。

大きめなので2人で1本のロールケーキを作ります!

参加希望の方は72-8080まで。



【主催: 浦富地区公民館】

日時: 6月30日(金) 午前10時~午前11時

場所: 浦富地区公民館【なごみの館】2階

講師: Fitness Ja-んぐる 運動指導員 馬淵 牧子先生

定員: 15名 ※定員になり次第受付は終了します。

柔らかいボールを使ってストレッチを行います。持っておられる方は持参してください。ボールの貸出もあります!

参加希望の方は浦富地区公民館 72-8080 まで。

# ストレッチボールで

健康講座①

# 楽集ネットワーク

【岩美病院 健康相談】

日時: 6月14日(水) 15時~15時30分

場所: 浦富地区公民館2階

熱中症予防の食事と水分補給

担当: 岩美病院 中井管理栄養士

※申込不要です。時間までにお越しください。