



# 地区公民館だより うらとめ

編集発行316号  
浦富地区公民館  
令和5年8月31日発行  
TEL・FAX 72-8080  
mail: uradome-k  
@eagle.ocn.ne.jp

8/1 現在浦富地区人口：3575人 男性：1736人 女性1839人 世帯数：1420世帯

## 美味しいコロッケ完成

【8月5日開催：夏休み子どもクッキング「コロッケづくり」】

なごみ農園産のじゃがいも・玉ねぎを使って、コロッケづくりを開催♪ 一つ一つの作業が子どもたちにはひと苦勞でしたが、手助けもあり今夜の一品が完成♡ お味はいかがだったのでしょうか・・・(\*^-^\*)



## お世話になりました!



【8月19日実施：コスモスロード草取り作業】

早朝よりコスモスロードの草取り作業にご協力いただきありがとうございました。  
まだまだ膝丈ぐらいですが、10月の満開まであともう少しです。お楽しみに♡

【8月26日開催 主催：浦富地区人権教育推進会】

コロナでしばらくできていなかった人権講座を徐々に開催。30分のDVD鑑賞後、カフェ&トークタイムで人権について色々とお互いの思いを話しました。

《参加者の感想》

DVDが近年制作されたものでドラマ仕立てで人権について説明してありわかりやすかった。

8/18 米子市での研修に参加しました。その時、講師の方が説明された人権の意味…

人権とは、人が安心・安全に幸せに生きていく上で必要不可欠な最低限度の権利で、全ての人々が持っている権利です。改めて納得できました。私もまだまだ勉強中です。各地域団体で研修を考えている方は、教育委員会を通じてDVDの貸出しも行っています。ぜひご連絡ください。

文責：浦富地区人権教育推進会 会長 神谷明子

人権ってなあに…



## 予告! 10/7 「コスモスのつどい」開催



- ◆かき氷・ポップコーンなど無料提供
  - ◆パッチワークとエコクラフトのフリーマーケット  
→ 作品がいろいろと増えていますよ♪
  - ◆コスモスロードウォーキング
- その他いろいろ考えております。詳しくは来月号に掲載、小学生には学校を通してチラシを配布します♪

### ∞ 作品展示協力者募集 ∞

1階会議室では作品展示を実施します。そこで皆様のご自慢の逸品を展示させていただければと思います。同好会、各種団体等又は個人で作品作りをされましたら、展示にご協力お願い致します。10月3日(火)までに作品を浦富地区公民館までお持ちください。

7/31 実施の夏の掃除では、各自治会、各種団体、同好会などで公民館をご利用されている方々に館内外をきれいにさせていただきました。暑い中、ありがとうございました。



日曜日	9月の行事&館内利用予定	
1 金	パソコンに親しむ会(1F)	9:00
〃 〃	てんとう虫(2F)	9:00
〃 〃	松かさ短歌会(1F)	13:30
2 土	きーまな会(1F)	9:30
〃 〃	囲碁クラブ【暮緑の会】(1F)	13:00
5 火	パンダサークル【囲碁】(1F)	9:00
〃 〃	あおぞら(2F)	9:00
6 水	にこにこ体操サークル(2F)	10:00
〃 〃	なごみの玉手箱体操サークル(2F)	10:55
〃 〃	ハーモニカフレンズ(1F)	13:00
7 木	浦里会(調)【担当：町1】	8:00
〃 〃	女性初級囲碁教室(1F)	9:00
〃 〃	民児協(1F)	13:30
8 金	百人一首を楽しむ会(1F)	9:30
9 土	婦人会(調)	8:30
〃 〃	きーまな会(1F)	9:30
〃 〃	大正琴【砂山会】(1F)	12:30
〃 〃	囲碁クラブ【暮緑の会】(2F)	13:00
12 火	パンダサークル【囲碁】(1F)	9:00
〃 〃	あおぞら(2F)	9:00
13 水	にこにこ体操サークル(2F)	10:00
〃 〃	なごみの玉手箱体操サークル(2F)	10:55
〃 〃	楽集ネットワーク(1F)	15:00
14 木	女性初級囲碁教室(2F)	9:00
〃 〃	<b>出張スマホ教室(1F)</b>	<b>10:00</b>
15 金	てんとう虫(2F)	9:00
〃 〃	大正琴【砂山会】(1F)	12:30
16 土	きーまな会(1F)	9:30
〃 〃	囲碁クラブ【暮緑の会】(1F)	13:00
19 火	パンダサークル【囲碁】(2F)	9:00
〃 〃	びよんびよんサロン(1F)	9:30
20 水	絵手紙教室(1F)	9:00
〃 〃	にこにこ体操サークル(2F)	10:00
〃 〃	なごみの玉手箱体操サークル(2F)	10:55
〃 〃	ハーモニカフレンズ(1F)	13:00
21 木	浦里会(調)【担当：浜1】	8:00
〃 〃	女性初級囲碁教室(1F)	9:00
22 金	パソコンに親しむ会(1F)	9:00
〃 〃	てんとう虫(2F)	9:00
〃 〃	<b>健康講座②</b> <b>「ウェーブリングでストレッチ」</b>	<b>14:00</b>
26 火	パンダサークル【囲碁】(1F)	9:00
〃 〃	あおぞら(2F)	9:00
27 水	にこにこ体操サークル(2F)	10:00
〃 〃	なごみの玉手箱体操サークル(2F)	10:55
〃 〃	ハーモニカフレンズ(1F)	13:00
28 木	女性初級囲碁教室(1F)	9:00
29 金	大正琴【砂山会】(1F)	12:30
30 土	きーまな会(1F)	9:30
〃 〃	囲碁クラブ【暮緑の会】(1F)	13:00

# わが町のお店はっけんコーナー

『リベルタ・ラ・クチーナ』  
オーナー 大久保 由香さん



初めまして、『リベルタ・ラ・クチーナ』と申します。  
イタリア語で『自由な台所』という意味で、季節のお野菜と地元のお魚を中心に楽しくお料理が出来たら、と名付けました。お昼ごはんはと珈琲、そして自家製のスイーツをご提供させていただきます。

お店の場所を探している時に岩美の山々、山陰本線を走る列車を目にして、ここで皆様と楽しいお話が出来たら嬉しいな、と思い、この場所に決めました。

ランチタイムは、『リベルタのお昼ごはん』という週替わりの定食のようなお昼ごはんをご準備しております。カフェタイムは珈琲をはじめ数種類のドリンクと、バスクチーズケーキをはじめ数種類のスイーツをご準備しております。

ご予約いただければ、お弁当やオードブルのご注文も承ります。また、貸し切りでのご利用も可能です。お気軽にお問い合わせください。よろしくお願い致します。

店舗住所：岩美町浦富 1028-1 TEL070-4096-4208  
営業時間：11:30～16:00 (Lo15:30) 駐車場：5台  
定休日：水・木(不定休あり)

地元のお魚と店主こだわりのお野菜を使った身体に優しいお昼ごはん。窓から見えるのどかな風景を見ながら癒しの時間を堪能してみてください。  
混み合うことがあるので予約をして行かれる方が確実です♪



バスクチーズケーキ  
絶品です♡



週替わりのお昼ごはん



【ドコモショップ・浦富地区公民館共催】  
日時：9月14日(木) 10:00～11:30  
場所：浦富地区公民館1階  
定員：10名 ※申込締切：9月9日(土)  
※ドコモじゃなくても他社の携帯でもOK!  
内容：①インターネットの活用方法  
②便利さ・注意点・便利な音声検索の使い方を学ぶ  
③わからないことを聞いてみよう



## 楽集ネットワーク

【岩美病院 健康相談】  
日時：9月13日(水)  
時間：15:00～15:30  
場所：浦富地区公民館1階  
『検査室の紹介について』  
担当：岩美病院 検査室 田中室長  
※申込不要ですので時間までにお越しください。

## 健康講座② ウェーブリングでストレッチ!

【主催：浦富地区公民館】  
日時：9月22日(金) 14:00～15:00  
場所：浦富地区公民館【2階】  
講師：Fitness Ja-んぐる  
運動指導員 馬淵牧子先生  
定員：12名程度  
※ウェーブリングは準備します。  
馬淵先生と楽しくウェーブリングでストレッチしましょう♪



年齢関係なく誰でも簡単に使えます。ウェーブリングで伸ばす・ほぐす・引き締めることが可能です!