

はまかせだより

東地区公民館だより

令和6年12月号 第374号

[メール higashi-k@eagle.ocn.ne.jp](mailto:higashi-k@eagle.ocn.ne.jp)

TEL 72-8063

集楽ネットワークのおしらせ

日時:12月11日(水) 15:00~

場所:東コミュニティセンター

テーマ

【元気な100歳を目指して
~サルコペニアについて知る~】

担当:岩美病院 理学療法士
橋本先生

申し込みはありませんので時間まで
にお越しください。

公民館館内清掃のお願い

お忙しい時期ですが、公民館利用の各
同好会員・公民館役員の皆様、ご協力よ
ろしくお願い致します。

日時:12月21日(土)午前9時~

場所:東コミュニティセンター

11月13日(水) グラウンドゴルフの結果報告です。

1位 岡本 晴夫 44打
2位 小西 孝明 50打
3位 小西 由之 53打
4位 佐々木嘉勝 54打

※ホールインワンはなしです。



クリスマスリース作りを行いました！

11月15日(金)に、まつぼっくり、木の実・リボンなど
を、リースに飾り付けオリジナルのリースが完成しました。



令和6年度東地区人権教育に係る 研修会の開催について

東地区公民館館長
東地区人権教育推進協議会長

標記について、この度当地区人権推進協議会並び
に地区公民館の共催で、下記のとおり開催する運
びとなりました。

折角の機会ですので、当地区の多くの皆さんに
参加を仰ぎ、自己の身近な問題として人権教育問
題を捉えていただき、私たちが日常生活を送るう
えで意識改革の一助にさせていただければとの思い
で、この研修会を企画しました。

どうか当日は、皆さんお誘い合わせて御参加い
ただきますよう、よろしくお願い致します。

日 時:12月15日(日)
午後1時30分~3時

場 所:東コミュニティセンター

内 容

- (1) 高齢者の人権問題に関するDVD2枚を鑑賞
- (2) DVDを観た後、各自が無記名で感想文を作
成し、人権意識を高める。

グラウンドゴルフ休止のおしらせ

グラウンドゴルフは、冬季の為
12月~3月まで休止します。



年末・年始休館のおしらせ

12月29日(日)~
1月6日(月)まで

休館になります。

12月の行事予定

- 1(日) 食事ボランティア
- 3(火) 太極拳サークル
- 5(木) ひまわりの会(太極拳)
- 8(日) 食事ボランティア
- 10(火) 太極拳サークル
- 12(木) ひまわりの会(太極拳)
- 15(日) 食事ボランティア
- ： 東地区人権講演会 午後1時30分～
- 17(火) 太極拳サークル
- 19(木) ふれあいサロン
- 21(土) 館内清掃 午前9時～
- 24(火) 太極拳サークル
- 26(木) ひまわりの会(太極拳)
- 29(日)～1月6日(月) 年末・年始休館



たくさんのおはぎができました。



狙いを定めて



みんなで
美味しく
頂きました

11月16日(土) おはぎ作りとゲームを行いました。

上手に丸め、きなこ・あんの2種類のおはぎがたくさんできました。体育館で、ボウリング・スカットボール・ソフトダーツをみんなで楽しみました。役員・参加者の皆様・ご協力頂きありがとうございました。

具がたくさん豚汁は美味しいね。



はまかぜコラム

陸上 小山勝之進

令和六年(辰年)も間もなく終わる。今年は元旦から能登の大地震で驚いた。雪は一月二四日の四十センチが最高、典型的な浜雪だった。七月八月は大変な猛暑続きで、八月二日の三九・四度は鳥取の史上最高、翌二三日の三九・二度は全国二位の記録だった。本当に猛暑日と線状降水帯という言葉が流行語のように毎日聞かされた。

私はといえば、初詣(里宮)に行けたし、御傍祭りにも行けた。墓踊りも出来し、祭りの獅子にも頭をかんでもらえた。週三日の病院通いの身ながら、まあまあ平穏な年だった。

来年は巳(ヘビ)年、ヘビは怖いし気持ちが悪いが、脱皮して再生するのでとても縁起が良い動物とされ、金運も良いらしい。実際にヘビ皮をサイフに入れている人も見た。令和七年も何とか平穏な年であって欲しいと願っている。