



地区公民館だより うらどめ

編集発行334号
浦富地区公民館
令和7年2月28日発行
TEL・FAX 72-8080
mail: uradome-k
@eagle.ocn.ne.jp

2/1 現在浦富地区人口：3565人 男性：1739人 女性1826人 世帯数：1437世帯

～3月のイベントご案内～

各事業の参加申し込みは、火曜～土曜日9時～17時までに浦富地区公民館 72-8080 まで電話で申し込みをお願いします。

赤飯でお祝いをしよう♪

大人のクッキング⑦【主催：浦富地区公民館】

◆日時：3月8日(土) ※午前・午後の2回開催します！

① 9:00～11:30

(米とぎ・小豆煮 3/7 10:00～)

② 13:00～15:30

(米とぎ・小豆煮 3/7 13:30～)



◆場 所：浦富地区公民館 調理室

◆定 員：各10名(定員になり次第受付終了)

◆材料費：赤飯1人1升+お菓子作り代 1000円程度

◆持ち物：エプロン・三角巾・持ち帰り用入れ物

※蒸し時間の合間に簡単なスノーボールクッキーを作ります！

楽集ネットワーク

【岩美病院 健康相談】

日時：3月12日(水) 15:00～15:30

場所：浦富地区公民館 1階

『入れ歯について』

担当：岩美病院 岸本歯科技工士

※申込不要ですので時間までにお越しください。



防災講座②～日頃の備えを見直そう～

【主催：浦富地区公民館】

◆日時：3月14日(金) 9:30～11:00 ごろ

◆場所：浦富地区公民館 2階

◆定員：15名程度

◆講師：鳥取市若葉台地区自主防災会連絡協議会会長

鳥取県自主防災活動アドバイザー 山田義則さん



出来ているようで出来てないかも!? 日頃の備え、被災地のボランティア体験などのお話を聞きましょう。お話の後はお茶タイムでわが家の備えについて雑談をしよう！

いちごジャムロールケーキ

大人のクッキング⑧【主催：浦富地区公民館】

◆日 時：①3/18(火)9時 ②3/18(火)13時
③3/19(水)13時 ④3/21(金)9時
⑤3/22(土)13時



冷凍してたいちごを在庫処分！
ジャムにして使い切ります！

◆場 所：浦富地区公民館 調理室

◆定 員：各日6人

◆材料費：400円

◆持ち物：エプロン・三角巾

ご希望の日にちを申し込みください。

各日定員になり次第受付は終了します！

※受付はしますが人気につき、初めての方を最優先させていただきますのでご了承ください。

『いの整骨院』の先生に教えていただく

膝・腰痛セルフケア

【健康講座⑤：主催 浦富地区公民館】

◆日 時：3月21日(金) 14:00～15:00

◆場 所：浦富地区公民館 2階

◆定 員：10人(定員になり次第受付終了)

歳を取ると膝や腰の痛みが増えてきますよね～

そんな痛みを解消できるよう、いの整骨院の伊能勢さんに実践しながら教えていただく♪椅子に座って出来る簡単なセルフケアをご指導いただきます(＊～＊)



春休み子どもクッキング

【主催：浦富地区公民館】

2月のバレンタインクッキングが中止になりましたので同じチョコカップケーキを作ります！

◆日 時：3月29日(土) 9:30～11:30 頃

◆場 所：浦富地区公民館 調理室

◆定 員：12人(親子で参加してもOK)

※定員になり次第受付終了

◆材料費 450円

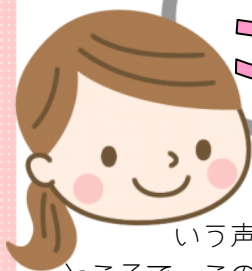
◆持ち物：エプロン・三角巾

※小学生には学校を通してチラシを配布いたします。
保育園児の参加も大丈夫です。



日曜日	3月の事業・館内利用予定	
1 土	きーまな会(1F)	9:30
11 土	囲碁クラブ【暮縁の会】(1F)	13:00
11 土	友楽会(2F)	13:30
2 日	春の映画上映会(2F)	10:00
4 火	パンダサークル(1F)	9:00
11 土	あおぞら(2F)	9:00
5 水	にこにこ体操サークル(2F)	10:00
11 土	なごみの玉手箱体操サークル(2F)	10:55
11 土	ハーモニカフレンズ(1F)	13:00
6 木	浦里会(調)【担当：浜1】	8:00
11 土	女性初級囲碁教室(1F)	9:00
11 土	健康マージャン(2F)	9:00
11 土	民児協(1F)	13:30
7 金	パソコンに親しむ会(1F)	9:00
11 土	てんとう虫(2F)	9:00
11 土	松かさ短歌会(1F)	13:30
11 土	大人のクッキング前日準備(調)	10:00 13:30
8 土	大人のクッキング⑦ 「赤飯でお祝いしよう！」	9:00 13:00
11 土	きーまな会(1F)	9:30
11 土	大正琴【砂山会】(1F)	12:30
11 土	囲碁クラブ【暮縁の会】(2F)	13:00
9 日	浦富地区婦人会総会(2F)	13:30
11 火	もみじの会(調)	8:30
11 土	パンダサークル(1F)	9:00
11 土	あおぞら(2F)	9:00
12 水	絵手紙教室(1F)	9:00
11 土	にこにこ体操サークル(2F)	10:00
11 土	なごみの玉手箱体操サークル(2F)	10:55
11 土	楽集ネットワーク(1F)	15:00
13 木	浦里会(調)【担当：駅前】	8:00
11 土	女性初級囲碁教室(1F)	9:00
11 土	健康マージャン(2F)	9:00
14 金	防災講座② 「日頃の備えを見直そう」	9:30
11 土	百人一首を楽しむ会(1F)	9:30
11 土	大正琴【砂山会】(1F)	12:30
15 土	きーまな会(1F)	9:30
11 土	浦里会(2F)	10:00
11 土	囲碁クラブ【暮縁の会】(1F)	13:00
11 土	友楽会(2F)	13:30
18 火	パンダサークル(2F)	9:00
11 土	びんぽよんサロン(1F)	9:30
3/18 ～3/22	大人のクッキング⑧ 「いちごジャムロールケーキ」	
19 水	にこにこ体操サークル(2F)	10:00
11 土	なごみの玉手箱体操サークル(2F)	10:55
11 土	ハーモニカフレンズ(1F)	13:00
21 金	浦里会(1F)	9:00
11 土	てんとう虫(2F)	9:00
" "	健康講座⑤ 「膝・腰痛のセルフケア」	14:00
11 土	自治会連合会役員会(1F)	18:30
22 土	きーまな会(1F)	9:30
11 土	公民館合同会議(2F)	10:00
11 土	大正琴【砂山会】(1F)	12:30
11 土	囲碁クラブ【暮縁の会】(2F)	13:00
25 火	パンダサークル(1F)	9:00
11 土	あおぞら(2F)	9:00
11 土	食生活いわみ会(調)	13:30
26 水	パソコンに親しむ会(1F)	9:00
11 土	にこにこ体操サークル(2F)	10:00
11 土	なごみの玉手箱体操サークル(2F)	10:55
11 土	ハーモニカフレンズ(1F)	13:00
27 木	女性初級囲碁教室(1F)	9:00
11 土	健康マージャン(2F)	9:00
28 金	てんとう虫(2F)	9:00
29 土	春休み子どもクッキング(調)	9:30
11 土	浦里会総会(2F)	10:00
11 土	きーまな会(1F)	9:30
11 土	囲碁クラブ【暮縁の会】(1F)	13:00

館長のつぶやきコーナー



この原稿を執筆中の今、雪が降っています。今回の雪は前回より少なそうなのでちょっと安心と思いますが、東北や北陸はかなり大雪で・・・あ～桜の季節が待ち遠しい！！最近では、地域の方から「つぶやき、よんでるよ～」という声を以前よりも多く聞けるようになり、ちょっと嬉しい今日

この頃。でも、「お店発見やお宝発見は終了したの？」という声もあり、「終了ではないですよ、また、再開する予定です。」ところで、この時期は、色々な地域で防災訓練や講座が開催されています。12月、町の人権講座で「避難所運営ゲームHUG」を体験しました。これは、避難所でおこる様々な出来事を模擬体験するゲームです。その時に講師の方が言われていた言葉「誰もが防災と無関係ではられない」防災講座、多くの方の参加お待ちしております。【詳細は表をご覧ください。】



【2/21 開催：健康講座④ウエーブストレッチング③】

健康講座&ポッチャ交流会



【2/22 開催：ポッチャ交流会】

2/8 開催のバレンタインクッキングは警報級の悪天候により残念ながら急遽中止とさせていただきます💧春休みクッキングとして同じクッキングをしますので表面のイベント案内をご覧ください。2/21 健康講座と 2/22 ポッチャ交流会も悪天候でしたが、足元の悪い中ご参加いただきありがとうございました。毎度のウエーブリングストレッチでしたが、さすって揺らして挟んで押さえて…とまんべんなく身体中に刺激を与え筋膜を剥がしてくれて毎日続けることが大事だなと感じました。ポッチャ交流会では、子ども達の参加も多く老若男女が和気あいあいと楽しみました(*^^)v

令和7年度 浦富地区自治会連合会役員のご紹介

一年間お世話になります。

【正副会長】

会 長	澤井 利彦	浜浦富自治会長兼任
副 会 長	吉田 貴至	町浦富自治会長
副 会 長	川口 秀樹	牧 谷自治会長
副 会 長	田中 嗣規	駅 前自治会長

【幹事】

町浦富	鳥井 邦啓
-----	-------

【理事】

浜浦富副会長	岩垣 伸一	永見 文彦	
町浦富副会長	谷口 謙	神谷 明子	小林 太一
牧 谷副会長	岡村 弘善	浜岡 徳雄	
駅 前副会長	川本 正幸	安養寺 久司	岡本 裕行

【監事】

町浦富	河本 克幸	牧 谷	山本 泰弘
-----	-------	-----	-------