11月 みやのした 地区公民館だより

No.２７７
発行　令和８年１１月１日
鳥取市立宮下地区公民館
鳥取市国府町宮下 1012
TEL（0857）26-5925
FAX（0857）26-5929

～ 深まる秋を楽しもう！～

月日の経つのは早いもので１１月です。水辺の楽校河川敷のススキや稲刈り後の様子から秋が深まっていくのが感じられます。これからは近くの山々の景色も日々変化していくことでしょう。
今年の「宮下地区文化祭」は、例年より早く１０月２４日・２５日の開催でした。作品を出品していただきました皆様、そしてイベントの開催担当の皆様、ご協力ありがとうございました。
これから益々秋本番。健康にも留意しながら、深まりゆく秋を楽しみましょう。

◆地区お月見会　９月 26 日(土)　<宮下地区まちづくり協議会/因幡国庁愛護会共催>








数年ぶりの屋外開催となりました。多くの方にご来場いただき大変盛り上がりました。

◆糸かけ教室～クリスマスリース～　10 月 6 日(火)

３回目で初めて参加された方もいらっしゃいましたが、お互いに教えあいながら作品を完成することが出来ました。糸や飾りの組み合わせを選ぶ楽しさもあり、素敵なクリスマスリースになりました。




◆いきいき健康教室～健康体操 咲花笑（さかえ）～　10 月 3 日(土)　<宮下地区健康推進員共催>



鳥取で誕生した健康体操「咲花笑」を澤晶子さんに指導していただきました。生活をラクにするコツも教わり、体も心もスッキリと笑顔があるれる会となりました。

◆やってみよう！でー教室　10 月 13 日(火)

中嶋和子さん（クラフト工房K）による、クラフトテープのかご作りを行いました。親子揃って来年の干支「ひつじ」のかごに挑戦！ それぞれ表情が違ってかわいい「ひつじ」が完成しました。





◆ガーデニング教室～秋の寄せ植え～　10 月 14 日(水)



池本百代さん（ガーデンかしの木）にシクラメン・エリカなどこれから楽しめる花苗を使った寄せ植えや新素材「アクセルキューブ」の使い方について教わりました。



◆生きがい教室「楽々園」～ヤクルト出前講座～　10 月 15 日(木)

『ウィルスに負けない体つくり』について学習しました。腸は健康の要であり「生活習慣」「食事」「乳酸菌・ビフィズス菌」がなぜ大切なのか、皆さん真剣に聞いていらっしゃいました。




◆美化活動　<宮下地区まちづくり協議会共催>

10 月　2 日(金)県道国府岩美線歩道清掃
10 月　7 日(水)因幡国庁跡草刈
10 月 14 日(水)桜づつみ土手草刈





第69回鳥取市民スポーツ大会 総合準優勝！

参加いただいた選手の皆さん、ありがとうございました！
そして校区の皆さん、多くの声援をありがとうございました！



種目別結果

優勝	ゲートボール 女子バレーボール 水泳 ペタンク
準優勝	バスケットボール グラウンド・ゴルフ 陸上

３位	ソフトボール テニス
５位	卓球 バドミントン
８位	弓道
１０位	バウンスボール

※男子バレーボール：欠場

参加者大募集

○申込は宮下地区公民館へ直接ご連絡ください。(☎0857-26-5925)
○10 月 27 日からの受付となります。※事務室閉室日以外の 9～16 時
○各教室とも定員になり次第締め切りとなります。

■地区防災訓練



日　時：11 月 15 日(日)　10 時 00 分～12 時 00分
内　容：【講演】10 時 00 分～ 講師:防災研修:鳥取県自主防災活動アドバイザー　柗見吉晴さん
　　内容:地区防災について
　　【防火訓練】11 時 00 分～ 水消火器を使って模擬消火訓練(公民館隣接市営駐車場)
　　【炊出訓練】11 時 30 分～ アルファ米のおにぎりと大鍋で作る豚汁の炊き出し及び試食
定　員：50 人　※参加無料　　申込み：11 月 11 日(水)までに宮下地区公民館へ

■生きがい教室『楽々園』～館外研修（倉吉：白壁土蔵群・県立美術館）～

日　時：11 月 19 日(木)　宮下地区公民館集合:9 時 20 分 / 出発:9 時 30 分 / 帰着予定:15 時 30 分
内　容：現地ガイドさんの案内による白壁土蔵群散策と県立美術館(生誕130年前田寛治展)にお出かけします。
　　白壁土蔵群で親睦を兼ねた昼食会となります。
定　員：20 人　　参加費：4,000 円　※17 日(火)以降のキャンセルについては昼食代(2,000 円)をいただきますのでご了承ください。
申込み：11 月 12 日(木)までに宮下地区公民館へ　※詳細はチラシをご覧ください。

■絵本の読み聞かせ教室

日　時：11 月28 日(土)　10 時 00 分～11 時 30分　　定　員：親子 10 組
内　容：絵本の読み聞かせとおやつ作りをします。　　持ち物：エプロン/三角巾/マスク
参加費：100 円/人　申込み：11 月 25 日(水)までに宮下地区公民館へ

ボランティアさん大募集



■池田家墓所紅葉ライトアップ機材の設置及び撤収作業について<宮下地区まちづくり協議会>

日 時:《設置作業》11月　5 日(木)9時00分～12 時00分
　　《撤収作業》11月 30 日(月)9時00分～12 時00分
場 所:鳥取藩主池田家墓所　※現地集合
内 容:11月7日開催の燈籠絵と紅葉の季節に合わせ、墓所をライトアップします。機材の設置及び撤収作業にご協力をお願いいたします。

■万葉みどりの道除草について <宮下地区まちづくり協議会>

日 時:11月 11 日(水)9時00分～12 時 00分
持ち物:作業用手袋,除草用鎌,剪定ばさみなど
※集合場所:因幡万葉歴史館駐車場
内 容:2回目となる因幡万葉歴史館近くの県道国府正連寺線歩道(万葉みどりの道)の除草作業を行ないますので、皆様のご参加をよろしくお願いします。草刈・除草後の集草作業がありますので、道具をお持ちでない方の参加大歓迎です!



11月 の 行 事 予 定 表

◆公民館主催・共催事業 ●行政関係 ★サークル活動 ○その他

日	月	火	水	木	金	土
1 ★万葉かるた会	2	3 文化の日 ★宮下踊りの会	4 ★トールペイント ★スポーツ吹矢	5 **◆池田家墓所ライトアップ設置** ◆縁側開放 ◆憩いのサロン ◆美歎傘踊り保存会(笛) ◆美歎傘踊り保存会	6 ★トールペイント ★3B 体操 ★国府カラオケ	7 ★こども文庫 ★生花教室
8 **◆健康ウォーク&ノルディックウォーク**	9 ○鳥取市GG協会 国府支部	10 **◆人同推三役会** ★太極拳サークル ★宮下踊りの会 ★サマディ	11 **◆万葉みどりの道除草** ★トールペイント ★スポーツ吹矢	12 ◆縁側開放 ◆憩いのサロン ◆美歎傘踊り保存会(笛) ◆手笠踊り保存会 ○中国労働衛生協会	13 ★トールペイント ★国府カラオケ	14 ★こども文庫 ★こくふ短歌会
15 **◆地区防災訓練**	16 ○因幡国庁愛護会 慰労会	17 ★太極拳サークル ★宮下踊りの会 ★サマディ	18 ★トールペイント ★スポーツ吹矢	19 **◆楽々園** ◆縁側開放 ◆憩いのサロン ◆美歎傘踊り保存会(笛) ◆美歎傘踊り保存会	20 ★トールペイント ★3B 体操 ★国府カラオケ	21 ★こども文庫 ●鳥取市議選準備
22 ●鳥取市議会 議員選挙 ★万葉かるた会	23 勤労感謝の日	24 ★太極拳サークル ★宮下踊りの会 ★サマディ	25 ◆避難訓練 ★トールペイント ★スポーツ吹矢	26 ◆縁側開放 ◆憩いのサロン ◆美歎傘踊り保存会(笛) ◆手笠踊り保存会	27 ★トールペイント ★国府カラオケ	28 ◆絵本の読み聞かせ教室 ★こども文庫
29	30 ◆墓所ライトアップ撤収 ○中国労働衛生協会	**《11 月事務室閉室日のお知らせ》** ○3日(火・祝)、16日(月)、23日(月・祝)、毎週日曜日は職員不在となりますので、閉室日の前日までに鍵の受け取りをお願いします。				