

集い・交わり・語らい・楽しむコミュニティゾーン

伯耆しあわせの郷だより

【発行】 伯耆しあわせの郷 ☎ 26 - 5581 <http://www.shiawasenosato.jp>
 指定管理者 旭ビル管理株式会社



伯耆しあわせの郷には「山法師」木が植樹されており、5月初旬～6月初旬には雪かぶったようなきれいな花が咲きます。

「クールビズにご協力ください」
 今年の梅雨は長引きそうという予報が出ています。じめじめした湿気を包んだ空気は気温以上の暑苦しさを感じさせます。
 地球温暖化を防止しなければ、海面が上昇し、南極や北極の氷が解けて南太平洋の島国が水没してしまうという危機にあるようです。日本政府も大きな削減目標を国際公約し対策に乗り出しています。部門別二酸化炭素排出量の推移をみると産業・運輸部門は省エネが進んで減る傾向です。増えているのが家庭ならびにビルなどの民生部門です。伯耆しあわせの郷も民生部門として近年積極的に省エネに取り組んでいます。家庭でもお風呂の設定温度の見直し、出来るだけ軽装で冷たいものを召し上げるなど取り組んでみてください。でも無理をし過ぎず熱中症にも気をつけましょう。

受講生募集

※申し込みは、6月3日（水）から受付中です。定員になり次第締め切ります。
 ※各教室とも、受講料のほかに材料費などが必要です。

教室名・講師	日時	回数	定員	受講料
Café風ごはんで lunchi! 「七夕手毬寿司他」 管理栄養士 小田 秀さん	7月 4日（土） 10:00～13:00	1回	24名	550円
韓国料理教室 「夏のスタミナ料理」 チョン ヨンウック 国際交流員 鄭 然 旭さん 調理師 西尾 春代さん	7月 5日（日） 10:00～13:00	1回	28名	550円

7月の休館日

〈夏期のクールビズに御協力をお願いします〉



7 JUN	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

教室受講生募集

◎受講の申し込みは

7月3日(金)午前9時より先着順に受け付け、
定員になりしだい締め切ります。

教室名	期間・日時	講師	定員	受講料 (回数)
ステップアップ エアロビクス①②	① 8～11月 毎週水曜日 10時15分～11時15分	河本珠紀さん	25	8,400円 (15回) (保険料込)
	② 8～11月 毎週水曜日 19時～20時	河本珠紀さん	25	
ダンスエアロビクス	8～12月 毎週土曜日 10時15分～11時15分	中原啓子さん	25	
パワーヨガ①②	① 8～12月 毎週金曜日 14時～15時	中原啓子さん	30	
	② 8～12月 毎週土曜日 13時30分～14時30分	中原啓子さん	30	
ヨーガ	8～12月 毎週木曜日 19時～20時	桑本聡子さん	30	
ピラティス	8～11月 毎週金曜日 19時～20時	河本珠紀さん	30	
3B体操①②③	① 8～12月 毎週火曜日 10時15分～11時45分	前田泰子さん	25	
	② 8～12月 毎週木曜日 10時15分～11時45分	福井留実さん	25	
	③ 8～12月 毎週木曜日 14時～15時30分	福井留実さん	25	
太極拳①	8～12月 毎週金曜日 10時15分～11時45分	岡本真由美さん	20	
太極拳②	8～12月 毎週日曜日 10時15分～11時30分	小谷公子さん	20	
ストレッチ	8～12月 毎週火曜日 14時10分～15時25分	前田泰子さん	25	
ハワイアンフラ	9～12月 毎週水曜日 14時～15時15分	小瀧恭子さん	20	

- 受講料は初回全納です。納入された受講料は原則として返金しません。
- 各教室とも、受講料の他に保険料（150円）が必要です。
- 教室は一部変更または中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- 託児を希望される場合は、教室申し込みのときにご相談ください。
(お子様1人につき、1回200円ご負担いただきます。)



パッチワーク教室作品展

☆開催中☆ 7/5(日)まで



竹細工教室研修旅行記

5月25日(月)、水曜日、木曜日にそれぞれ月2回開催される、2つの竹細工教室の生徒、講師総勢27名で京都に日帰り研修旅行に行き、「京都伝統工芸館」と「竹工房 喜節」を見学してきました。

それぞれの見学先では、すばらしい展示作品を見学し、また、実演では、さすがのプロの実技に驚愕し、技術的な質問をしたところ、とても丁寧に説明して下さり、予定時間を1時間オーバーする程充実した見学となりました。また、道中では、いつもは別々の教室に通う、生徒間の交流が図られました。

普段の教室では、初心者から10年以上のベテランまでの方が、竹ひご作りから、悪戦苦闘しながら、趣味として、竹細工を楽しんでいます。この研修旅行で学んだことを

少しでも、参考にできるように励んでいます。

田邊嘉治さん 記



第61回倉吉市美術展覧会 入賞者をご紹介します。

5月31日から6月23日まで開催された、第61回倉吉市美術展覧会において、教室受講者で、入賞された方をご紹介します。

【市展賞】

《洋画の部》井之上玉代さん、山崎繁子さん
《写真の部》中村 武さん

【奨励賞】

《日本画の部》福井つる子さん
《洋画の部》市場富士枝さん
以上のみなさんが受賞されました。
おめでとうございます。

ロシア囲碁交流団来館！

◇6月20日、ロシア極東青少年囲碁交流団7名が日本文化体験のため当館を訪問、草木染と機織りを楽しみながら交流を深めました。

囲碁5段のアレクセイ団長をはじめ皆さん碁盤に向かうが如く真剣に取り組む姿が印象的でした。



はじめての手づくりパン教室

6月11日13日開催

パンを作るのがはじめての方を対象に

6月11日・13日教室を開催しました。

まず、粉から生地をつくります。ひたすらこねる作業に、日常のストレスを発散させる方もいらつしやいました。次にビニール袋を使って発酵させます。発酵のために冷房もかけずに我慢しました。そして、きれいに成形してオーブンで焼きます。

おいしいレーズンパンとクルミパンの出来上がり！

焼きたてのパンの美味しいこと！



きれいに成形できました！



手順を分かりやすく解説します



180℃のオーブンで焼きます



ひたすらこねる至福の一時



焼き立てパンの出来上がり



ビニール袋の中で発酵中

「しだれ桜の里まつり」写真展を行います。



最高賞【春爛漫】中村 武様



特選【花もだんごも】井上英明様

今年の「しだれ桜の里まつり」写真コンテストに応募いただいた中から入賞作品を含め50点を選び写真展を開催します。

●日時：7月9日（木）～7月20日（月）9時～20時

●場所：伯耆しあわせの郷 展示ホール

「しだれ桜の里を育てる会」がボランティア作業を行いました



六月一三日（土）しだれ桜の里を育てる会（牧田泰博会長・会員130名）は、しだれ桜の施肥や剪定などのボランティア作業を行いました。当日は会員の他市報や新聞で見た市民や大学生・高校生・小学生など二一名が汗を流しました。湯梨浜町から参加した男性は「施設へのお礼の気持ちで参加した」などと述べておられました。参加者は樹木医から肥しのやり方の講義を受けた後、四班に分かれて約二時間作業を行いました。しだれ桜は年々元気になっており、来年の春がさらに楽しみになってきました。

写真コンテストの表彰式を行いました



編集後記

断捨離を始めて約1年。もともと好きだった整理整頓にも力が入り、関連する資格まで取得しました。だいぶ家の中がスッキリしてきたように思います。「人生の中で最も無駄な時間は探し物をしている時間である」という言葉を目にしました。その時間を計算するとかかなりの日数になるそうです。モノが多すぎでは探し物もなかなか見つかりません。持っているだけではなく必要なモノかどうかを見直し、時間も持ち物も有効に使いたいです。ちなみに私が一番溜めてしまうのが書籍や雑誌。雑誌だけでも月刊誌毎号を何年分も持っていたりかなりの量だったのですが、とっておくのは何冊まで、気に入った読み返すものだけ、などルールを決めてから量がかなり減り、棚に空きスペースがある状態を維持出来るようになりました。次に興味があるのはDIY。色々と頭の中で考えを巡らしています。