

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



**【落ち葉の季節】**  
 紅葉が進んで落葉のジュータンが敷かれたようです。

「今年1年間大変お世話になりました」  
 先月は第20回記念のペタンク大会・第2回目の国際交流大会として外国人2チームが参加してくださり、とてもよい交流と熱戦が繰り広げられました。10月にはこの施設初めてとなる県民スポーツ祭の一環としてターゲットボードゴルフ大会が開催されました。いつも草が生えて芝生広場でなくなっていた多目的広場が職員達の地道な努力によって、県の大会が出来るまでに見事に復活しました。ご利用いただきました皆様にも感謝申し上げます。  
 さて、早いものでもう十二月になりました。今の季節は、植物にとって来年のための充電期間だそうです。私たちも来年の歩みに向けてじっくりと検討を重ねて充電したいものです。今年1年お世話になりました。今後どうぞよろしくお願いいたします。

## 受講生募集

※申し込みは、12月3日（木）から先着順にて受付け、定員になりしだい締め切ります。  
 ※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
<b>韓国料理教室</b> 「キムチ作り」 国際交流員 <small>チョン ヨンウック</small> 鄭 然旭さん 調理師 <small>西尾 春代さん</small>	12月12日（土） 12月13日（日） 詳細はお問合せください	2日間	28名	1100円
<b>男性のための料理教室</b> 「あんかけそば他」 管理栄養士 徳重 安枝さん	12月18日（金） 10：00～13：00	1回	20名	550円
<b>Café 風ごはんでlunchi!</b> 「ねばりっこと鶏肉のみそグラタン他」 管理栄養士 小田 秀さん	1月 9日（土） 10：00～13：00	1回	24名	550円

## 12月の休館日

※ 平成28年1月5日（火）からの開館となります。

12 DEC	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木						
	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

# 1月開講教室 受講生募集

◎受講の申し込みは↓

**12月3日(木)の午前9時から**先着順に受け付け、  
定員になりしだい締切ります。

教室名	日時	期間	定員	講師	受講料 (回数)
ダンス エアロビクス教室	毎週土曜日 午前10時15分～11時15分	1月～3月	25名	中原 啓子さん	5,600円 (10回)
※ 様々なフットバリエーションを、流れるように動いていくことで、運動量を上げていきます。 Dance のスタイルも加えながら、軽快な音楽に合わせて動いていくことで、タツプリ汗をかいていきます。					
3B体操教室①	毎週火曜日 午前10時15分～11時45分	1月～3月	25名	前田 泰子さん	5,600円 (10回)
3B体操教室②	毎週木曜日 午前10時15分～11時45分	1月～3月	25名	福井 留実さん	5,600円 (10回)
3B体操教室③	毎週木曜日 午後2時～3時30分	1月～3月	25名	福井 留実さん	5,600円 (10回)
※ ボール・ベル・ベルダーの用具を運動の助けとして使用しながら、音楽に合わせて行う健康体操です。					
太極拳教室①	毎週金曜日 午前10時15分～11時45分	1月～3月	20名	岡本真由美さん	5,600円 (10回)
太極拳教室②	毎週日曜日 午前10時15分～11時30分	1月～3月	20名	小谷 公子さん	5,600円 (10回)
※ ①：独特の呼吸法とゆっくりとした動作を、基本から学んでいきます。 ②：心身共にリラックスし、「筋力・骨・関節・神経系」を含め健康効果が高まります。					
ストレッチ教室	毎週火曜日 午後2時10分～3時25分	1月～3月	25名	前田 泰子さん	5,600円 (10回)
※ 心と体のリフレッシュを一番の目標に、音楽に合わせて楽しく体を動かす教室です。					
パワーヨガ教室①	毎週金曜日 午後2時～3時	1月～3月	30名	中原 啓子さん	5,600円 (10回)
パワーヨガ教室②	毎週土曜日 午後1時30分～2時30分	1月～3月	30名	中原 啓子さん	5,600円 (10回)
※ ヨガのポーズと呼吸を連動させながら、途切れることなくアクティブに動いていくことで、しなやかな身体作りを目指します。コアトレーニングの要素も取り入れながら、身体を引き締めていきます。					
ヨーガ教室	毎週木曜日 午後7時～8時	1月～3月	30名	桑本 聡子さん	5,600円 (10回)
※ 体の動きと呼吸をあわせて、筋肉の緊張を解きほぐし、心身の調和をはかっていきます。 身体・心・呼吸のバランスが整えられ、自然治癒力が高まります。					
ハワイアンフラ教室	毎週水曜日 午後2時～3時15分	1月～3月	20名	小瀧 恭子さん 磯江 由美子さん	5,600円 (10回)
※ ハワイアンのリズムにのせてゆったり踊るうちに、心も身体もよくほぐれ、自然に足腰が鍛えられていきます。					
料理教室	月2回火曜日 午前10時～午後1時	1月～3月	36名	鳥取県調理師 連合会	3,300円 (6回)
※ 現役の調理師さんからプロの技を学びます。家庭料理のレパートリーがひろがります。					
レザークラフト教室	毎週火曜日 午前10時～12時	1月～3月	18名	西村 都紀世さん	5,500円 (10回)
※ 革の裁断から仕上げまで、作品作りの基礎を学びます。世界で唯一の作品を作る喜びを感じましょう。					

- 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。
- 受講料のほかに、スポーツ保険料(100円、表示している受講料は保険料込です)、材料費などが必要です。
- 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。(託児料金：お子様1人につき1回200円)  
(注)ヨーガ教室の託児はお受けできませんので、ご了承ください。

《大会結果》

第 20 回伯耆しあわせの郷ペタンク大会  
《第 2 回国際交流ペタンク大会》

・11月7日(土)開催 ・参加チーム数:43チーム ・参加人数:140名



↑ 43チームによる激戦の予選リーグ



↑ 白熱した試合となった決勝T



優勝した上灘Aチーム



→ 5位入賞の国際チーム

- ☆ 成績 ☆
- 優勝 上灘Aチーム
  - 準優勝 清谷なかよしAチーム
  - 第3位 本町しあわせ会 A チーム
  - 第4位 本町しあわせ会 B チーム

活動紹介

織物教室講師

福井 貞子さん(県無形文化財保持者)が

第 62 回 日本伝統工芸展に入選されました

12/2～23 日まで島根県立美術館で開催される第 62 回日本伝統工芸展に、福井先生の入選作品「飛翔」が展示されます。また、12/2 には、ギャラリー・トークとして、福井先生が展示作品について解説されます。



【期間】 12 月 2 日～23 日

【会場】 島根県立美術館

島根県松江市袖師町 1-5

(電話) 0852-55-4700

10/24 (土) 第 16 回県民スポレク祭  
ターゲットバードゴルフ大会が  
多目的広場で開催されました



(大会結果)

【一般】

- 1 位 松本 正明 (境港市)
- 2 位 井上 猛 (大山町)
- 3 位 富永 潤一 (湯梨浜町)

【シニア】

- 1 位 古田 喬 (米子市)
- 2 位 西村 正志 (境港市)
- 3 位 西川 千久馬 (米子市)

【女子】

- 1 位 安本 清子 (米子市)
- 2 位 高橋 和子 (米子市)



↑ 梨の柄のコースタを織りあげました。



↑ 福井貞子先生



↑ 草木染でハンカチを染めました。

を紡ぎます

→ 一切れないように綿



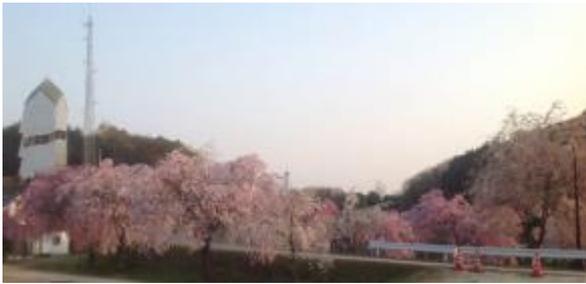
この塾は、ふるさとの伝統工芸に触れる機会を作ろうと企画され、今回は、織物教室講師福井貞子先生の指導のもと、「倉吉緋」の制作過程を、上北条小学校の 5 年生 26 名が体験しました。綿から糸を紡ぐことから、機織りまでの 8 つの工程を交代しながら体験してもらいました。参加の子供たちは緋ができるまでのたくさんの作業に驚き、また、ものを作り上げる喜びを感じてくれました。

ふるさと未来創造塾 11 月 20 日開催  
鳥取県教育委員会文化財課主催

# 27・28 年度会員募集 しだれ桜の里を育てる会

しだれ桜の里を育てる会（会長 牧田泰博・会員130名）では、平成27・28年度の会員を募集しています。趣旨に賛同し、会費（個人1,000円/年、団体5,000円/年）を払えばどなたでも会員になることができます。各種情報や伯耆しあわせの郷レストランで5%割引の特典を受けられるほか、会員交流会に参加することもできます。

申込・お問い合わせは「しだれ桜の里を育てる会」事務局 0858-26-5581 まで



## 施設利用ご案内



### くらよし国際交流 フェスティバル2015

12月6日（日）  
10:00～15:00



バスの運行あり  
倉吉駅北口⇄伯耆しあわせの郷

【倉吉駅北口発】9:50、10:50、11:50、12:50  
【伯耆しあわせの郷発】12:30、13:30、14:30、15:00

## 落ち葉で腐葉土を作りました

伯耆しあわせの郷の落ち葉で腐葉土を作りました。ご希望の方に無料で差し上げます。入れ物を持って事務所までお越しください。

12月1日（火）～ なくなるまで



## 編集後記

事務所から外に目を向けると、猫が歩いているのを時々見かけます。何をしているのか気になってつい目で追ってしまいます。我が家も猫と一緒に生活をしていきますが、座っていると膝に乗ったり、姿が見えないとかぼんの中に入っていたり、部屋中を走り回ったりと、毎日色々楽しませてくれます。こたつを出すと、猫2匹がからだを伸ばしてこたつを満喫しているので足の入れ場がなくなってしまうのですが、気持ちよさそうに寝ている姿を見るととても癒されます。昔は猫が大の苦手で、近づけない、触れないのはもちろん、車内にいる時に外で猫の鳴き声があると車から出られなかったほどでした。それを思うと信じられない変化だなあとしみじみ思います。これからだんだん寒さが本格的になってくるので、私も猫と一緒にこたつで丸くなりたいと思います。