

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



～落葉の季節～  
 落葉樹は根にエネルギーを蓄える冬眠の季節に入ります。剪定作業は植物が最もエネルギーに満ちている12月～2月頃が最適で、 unnecessaryな枝を落とし新しい枝を伸ばすことでより成長していきます。

「師走となり来年に向けて準備の季節です」  
 12月に入りめっきり寒くなってきました。今年の寒さや雪はどうかでしょうか。気象予報では日本付近の偏西風が大きく北側に蛇行しており結果、暖冬となるといふ予報が出ています。さて、11月までに今年度の大きな行事が終わり、来年度の計画へと動き出しています。とりわけ新規教室について希望や要望、さらに指導者の情報をお持ちの方、また教室を開講希望の方がおられれば是非お知らせください。次にお知らせですが、念願だった管理棟の空調機の更新が議会で承認され今年度中に実施されることになりました。今のところ2月頃の工事予定で、寒い時期の交換となりますが出来るだけご迷惑のかわらないよう手立てを講じて参ります。師走となり何かと忙しい時節となりました。皆様どうぞ良いお年をお迎えください。

## 受講生募集

※申し込みは、12月1日（金）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
Café 風ごはんでlunchi! 「ちょっと早めのおせち料理」 管理栄養士 小田 秀さん	12月15日（土） 10：00～13：00	1回	24名	550円
韓国料理教室 「キムチ作り」 ※2日間以上 参加可能な方 ※詳細は、要問合せ 国際交流員 調理師 チョン 鄭 然旭さん 西尾 春代さん	・12月22日（土） 14：00～17：00 ・12月23日（日） 10：00～13：00 ・12月24日（月） 10：00～13：00	3日間	30名	1100円

## 12月の休館日

※ 平成31年1月4日（金）からの開館となります。

12 DEC	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月							
	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	31

◎受講の申し込みは↓

# 1月開講教室 受講生募集

**12月1日(土)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、運動量を高めていきます。					
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)
※ 3B用具を使って楽しく運動を継続することで自然と筋力がつき、代謝を高めます。					
太極拳教室	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)
※ 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。					
3B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	川内 千恵子さん	5,600円 (10回)
※ 3B用具を使って、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。					
肩甲骨ヨガ教室	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)
※ 正しい位置に肩甲骨がポジションされることで背中がきちんと働き、姿勢の改善、代謝のアップも見込めます。					
パワーヨガ教室	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、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。					
ヨーガ教室	毎週木曜日 午後7時～8時	1月～3月	35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。					
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	30名	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。					
煎茶教室①	毎週金曜日 午前10時～12時	1月～3月	15名	森 翠美さん	5,850円 (9回)
煎茶教室②	毎週金曜日 午後1時～3時	1月～3月	15名	森 翠美さん	5,850円 (9回)
※ 小笠原流煎茶の『お点前の美しさ』を体得してみませんか。美しい礼儀作法、おもてなしの心が学べます。					
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広がります。					
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)

- 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。(＊ヨーガ教室除く。料金：1回200円/1人)

## 《大会結果》

# 第23回伯耆しあわせの郷ペタンク大会 《第5回国際交流ペタンク大会》

- ・11月10日(土)開催
- ・参加チーム数:36 チーム
- ・参加人数:115 名



◇快晴のもと、第23回ペタンク大会を開催しました。国際交流チームも加えた36チームの皆さん、勝ち負けもさることながら、秋の一日をペタンクで楽しく過ごされていました。

## 優勝した七峰チーム



### ☆ 成績 ☆

- 優勝 七峰チーム
- 準優勝 上灘Aチーム
- 第3位 虹ヶ丘町チーム
- 第4位 八屋Aチーム

## 第65回日本伝統工芸展に入選されました



### 入選作品

木綿手紡絛着物

「レーニン広場の記憶」

日本工芸会最高の作品展である、第65回日本伝統工芸展に織物教室 福井貞子先生が入選されました。  
入選作品は、重要無形文化財保持者(人間国宝)の作品48点とともに、島根県立美術館で12月5日〜12月25日まで展示されます。



11月1日〜13日まで、リフレプラザギャラリーにて、仏像彫刻教室 第21回作品展が開催され、多くの方が来場され、作品をご覧になりました。

## 仏像彫刻教室 第21回作品展が開催されました。

## 鳥取県文化デイズ大盛況のうちに終了

### 「倉吉絛展覧会 in ロシア・ウラジオストク」

10月13日から11月10日までに会期でロシア沿海地方美術館分館において絛作品37点を展示してロシアの皆様にも日本の伝統文化を味わっていただきました。この交流は2012年伯耆しあわせの郷開館20周年を記念して開催した倉吉絛展に来場された沿海地方美術館の館長がいたく気に入られ、ロシアでの展示開催のオファーがあり翌年実現して以来5年以上にわたり交流が続いているものです。この度も多くの沿海地方の市民の方にご参加いただき大きな成果を収めました。ご支援ご協力くださった方々に改めてお礼申し上げます。(4面に関連記事)

## 機織り機をご寄贈いただきました

市民の方から機織り機をご寄贈いただきました。倉庫の整理をしたので、教室で使って欲しいという事で、頂きに伺いました。しっかりした作りの新しい機織り機で、大変喜んでいきます。

織物教室初級クラスの生徒さんも年々増え、機織り機が必要だったので助かりました。大切に使用してもらいたいと思います。



# しだれ桜の育成作業ボランティア募



作業日時：12月8日（土）9：30～12：00

場所：伯耆しあわせの郷敷地内

持ち物：作業のできる服装、軍手、ある人はスコップ

作業内容：桜への寒肥の施行、モミジの植栽

その他：ご参加戴ける方は伯耆しあわせの郷まで☎26-5581

作業後、昼食を準備しています。

12/4(火)より

## 落葉の腐葉土を差しあげま



昨年の敷地内の落葉で作った腐葉土です。今年  
はとりわけ夏の暑さが続きましたので良く熟  
成していると思います。数に限りがあるため1  
人1袋（450）でお願いします。

ご希望の方は事務室までおいで下さい。



ウラジオストクはロシア極東に位置し、1991年のソ連崩壊  
までは軍港として外国人の立ち入りが禁止されてきました。ソ連  
崩壊と共に外国人にも開放されて日本海沿岸自治体が交流協定を  
相次いで結びました。そして2010年頃からはロシア政府による  
インフラ投資がなされ2つの大きな橋や空港、道路などが整備  
されました。一方、多くの地域が長年軍の管理にあった為、手付  
かずの自然が残っているのもこの街の魅力です。  
旅をする上で最も気になるのが食事でしょう。ロシア料理で最  
も有名なのが「ボルシチ」という赤いビーツの入ったスープでし  
よう。日本でいえば味噌汁に相当する国民食です。その他野菜の  
サラダ、ヨーグルトやチーズなどの乳製品が種類も多く濃厚な味  
わいです。主食は黒パン、蕎麦の粥、米もあります。また、牛肉、  
豚肉もおいしく、タラバガニやイクラなどの海産物も豊富です。  
どれも日本人の口に合うものばかりです。  
そして対日感情ですが、一言で云えばとても良好です。日本に  
対する評価は自動車に代表されるような科学技術が発展した国で  
古い伝統も大切にしている国として魅力的に感じています。日本  
語を学び日本と関係する仕事をしたいと希望する若者も多いで  
す。いずれにしても日本の隣国の一つ、国家間の安定した関係の  
上にさらに交流が促進されることを願うばかりです。

## ウラジオストク訪問記②

## 編集後記

「新しい元号は平成であります。」で始ま  
った、平成が終わる。テレビではこの30  
年間に振り返る番組が流れている。

バブルの崩壊、オウム事件、阪神淡路大  
震災、9・11テロ・東日本大震災と思  
いつく大事件だけでも私が体験してきた  
昭和よりも激動の時代であったように思  
う。思いもしないまさかが起こった時代  
であった。

個人的な事を振り返って見ても、平成  
の30年間は激動の時代だった。良いこと  
もあつたが、体が悲鳴を上げるようなつ  
らい経験もした。平成30年間の個人的決  
算では少しつらいことのほうが多かった  
様な気がする。人生の良い事と悪い事は  
半分ずつ起こるとしたら、平成分の繰り  
越しは、次の元号の時代で取り返すこと  
になる。次の元号の時代では、平成分の  
繰り越しもしっかり取り返し良いスター  
トを切りたいものだ。

ところで、いったいなんという元号な  
のか、もう決まっているだろうか、早  
く教えてくれてもいいのと思う今日こ  
の頃である。