

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



倉吉市の市花にもなっている椿（ツバキ）サザンカとの違いは、サザンカは花弁がバラバラになって散るのに対し、椿の花は散る際、花が丸ごと落ちます。

「多数の教室を準備してお待ちしています」
 今年は、心配された雪が少なく穏やかな正月となりました。それでも東北、北陸地区では大雪で山陰地方でも山間部ではかなり雪が降っている様です。山に雪が多く平野に少ない理想的な冬の気候でこの状態が続けばどんなに良いでしょう。また、新型コロナウイルスも感染数こそ多いものの重症化はせず、行動制限もない良い傾向となっています。この上は政府には一刻も早く、感染症分類2類から5類に変更して、インフルエンザ並みの扱いに変更して頂けるものと確信しております。
 さて、今月は令和5年度春の教室募集のご案内です。2月7日からスポーツ系16教室、10日から創作・文化系28教室の受付を開始致します。充実した講師陣と施設、リーズナブルな価格でどなたでもご参加いただける教室を準備して皆様方のご応募をお待ちしています。
 今年は卯年、今までの努力が実り、飛躍する一年となります様お祈りいたします。

受講生募集

- ※申し込みは、2月1日（水）から先着順にて受け付け、定員になり次第締め切ります。
- ※受講料は初回前納。納入された受講料は原則返金いたしません。
- ※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
韓国料理を作ろう！ 「チムタク（鶏の甘辛煮）他」 調理師 西尾 春代さん	2月26日（日） 10：00～13：00	1回	25名	600円 （要材料費）
みそ作り教室 神野 恭子さん	① 2月25日（土） ② 3月9日（木） 13：00～16：00	どちらか1回	各15名	600円 （要材料費）

無料体験教室開催

水墨画・日本画教室	煎茶教室	民踊教室
3月5日（日） 14時～16時 15名 道具は貸し出し	3月3日（金） 13時～14時 10名 持ち物必要なし	3月23日（木） 13時～14時 10名 運動のできる服装

今月の休館日 2月6日（月）、2月13日（月）、2月20日（月）2月27日（月）

令和5年度4月開講教室 受講生一斉募集

※ お申し込み・受付方法については、右ページの[受講お申し込みのご案内](#)をご覧ください。

☆受付開始日①:2月7日(火)午前9時～

↓ 下表の16教室が対象です。

(受講料は、保険料込の金額です。)

教室名(講師)	日時	期間(回数) 定員(受講料)	教室名(講師)	日時	期間(回数) 定員(受講料)
ハワイアンフラ① (ミノアカ タカコ)	毎週水曜日 13:00～14:15	4月～8月(15回) 20名(9,150円)	ステップアップエアロ ①A(河本 珠紀)	毎週水曜日 9:45～10:45	4月～7月(15回) 25名(9,150円)
ハワイアンフラ② (ミノアカ タカコ)	毎週水曜日 14:45～16:00	4月～8月(15回) 20名(9,150円)	ステップアップエアロ ①B(河本 珠紀)	毎週水曜日 11:00～12:00	4月～7月(15回) 25名(9,150円)
太極拳 (岡本 真由美)	毎週金曜日 10:15～11:45	4月～7月(15回) 20名(9,150円)	ステップアップエアロ ②(河本 珠紀)	毎週水曜日 19:00～20:00	4月～7月(15回) 25名(9,150円)
ベーシックヨガ (中原 啓子)	毎週金曜日 14:00～15:00	4月～7月(15回) 35名(9,150円)	ノルディックウォーク (岸田 寛昭)	第2・4水曜日 10:00～11:30	4月～9月(12回) 20名(7,320円)
アクティブヨガ (中原 啓子)	毎週土曜日 13:30～14:30	4月～7月(15回) 35名(9,150円)	3B 体操① (前田 泰子)	毎週火曜日 10:15～11:45	4月～7月(15回) 25名(9,150円)
女性のためのヨーガ (桑本 聡子)	毎週木曜日 19:00～20:00	4月～7月(15回) 35名(9,150円)	3B 体操② (福井 留実)	毎週木曜日 10:15～11:45	4月～8月(20回) 25名(12,200円)
ファーストピラティス (河本 珠紀)	毎週金曜日 19:00～20:00	4月～7月(15回) 30名(9,150円)	3B 体操③ (福井 留実)	毎週木曜日 14:00～15:30	4月～8月(20回) 25名(12,200円)
チャレンジエアロ (中原 啓子)	毎週土曜日 10:15～11:15	4月～7月(15回) 25名(9,150円)	3B ストレッチ (川内 千恵子)	毎週火曜日 14:00～15:15	4月～7月(15回) 25名(9,150円)

☆受付開始日②:2月10日(金)午前9時～

↓ 下表の28教室が対象です。

教室名(講師)	日時	期間(回数) 定員(受講料)	教室名(講師)	日時	期間(回数) 定員(受講料)
陶芸① (中村 和雅)	第1土・日曜日 13:00～16:00	4月～9月(12回) 15名(9,600円)	関金陶芸 (太田 博)	第4火・水曜日 13:00～16:00	4月～9月(12回) 15名(7,200円)
陶芸② (中村 和雅)	第1火・水曜日 13:00～16:00	4月～9月(12回) 15名(9,600円)	織物 (福井 貞子)	毎週水曜日 13:00～16:00	4月～9月(20回) 20名(12,000円)
陶芸③ (中村 和雅)	第2火・水曜日 13:00～16:00	4月～9月(12回) 15名(9,600円)	仏像彫刻 (小谷 和上)	第1・3火曜日 13:00～16:00	4月～9月(12回) 20名(7,200円)
陶芸④ (中村 和雅)	第2土・日曜日 13:00～16:00	4月～9月(12回) 15名(9,600円)	竹細工 (伊佐田 祥一)	第1・3水曜日 10:00～16:00	4月～9月(12回) 15名(7,200円)

(次頁へ続く)

(前頁より続く)

パッチワーク (岩本 裕美子)	隔週木曜日 13:00~16:00	4月~9月(10回) 20名(6,000円)	書道 (名越 蒼竹)	第1・3水曜日 14:00~16:00	4月~9月(12回) 35名(7,200円)
和布細工 (明里 美也子)	第2・4金曜日 13:00~16:00	4月~8月(10回) 20名(6,000円)	日用・条幅書道 (名越 蒼竹)	第2・4木曜日 14:00~16:00	4月~9月(12回) 15名(7,200円)
四季のちりめん細工 (明里 美也子)	第3土曜日 13:00~16:00	4月~3月(4回) 15名(2,400円)	煎茶 (森 翠美)	毎週金曜日 13:00~16:00	4月~6月(9回) 15名(5,850円)
やさしい編み物 (石笠 郁)	第1・3金曜日 13:00~16:00	4月~9月(12回) 15名(7,200円)	きもの着付け (仲倉洋子・宮崎有代)	第1・3火曜日 13:15~15:15	4月~9月(12回) 14名(7,200円)
料理 (鳥取県調理師連合会)	月2回火曜日 10:00~13:00	4月~6月(6回) 36名(3,600円)	初めてのいけばな (石田 恵子)	第2・4木曜日 10:10~11:30	4月~9月(12回) 18名(7,200円)
写真 (福島 多暉夫)	第1・3土曜日 10:00~12:00	4月~9月(12回) 15名(9,600円)	英会話(初級) (佐藤 恭子)	第1・3土曜日 14:00~15:30	4月~9月(12回) 20名(7,200円)
絵画① (磯江 ちづる)	第1・3金曜日 13:00~16:00	4月~9月(12回) 20名(7,200円)	マレボジャ!韓国語 (大谷 博美)	毎週水曜日 10:30~11:30	4月~9月(18回) 15名(10,800円)
絵画② (山内 信)	第2・4金曜日 13:00~16:00	4月~9月(12回) 20名(7,200円)	初めての大人のピアノ (牧野 和歌子)	月3回水曜日 9:30~10:30	4月~9月(15回) 8名(9,000円)
水墨画・日本画 (中川 端月)	第2・4水曜日 14:00~16:00	4月~9月(12回) 15名(7,200円)	民踊 (荒井 富佐子)	第・3木曜日 13:00~15:30	4月~9月(12回) 20名(7,200円)
文芸 (池本 一郎)	第3木曜日 13:00~15:30	4月~9月(6回) 15名(3,600円)	ソーイング (石笠 郁)	第2・4金曜日 13:00~16:00	4月~9月(12回) 15名(7,200円)

◇受講お申込みのご案内◇

《申込み・問合せ先》伯耆しあわせの郷

TEL:0858(26)5581 FAX:0858(26)5633

E-mail:inf@shiwawasenosato.jp

◎申込み・受付方法【※お申込みの際には、下記をご確認の上、必要事項(受講希望教室名、氏名、年齢、住所、電話番号、託児の有無)をご連絡ください。】

《受付開始日》

- 申込方法/電話・窓口・ファックス・メール
- 受付時間/9:00~17:00
- 受付方法/定員を超えた場合は、抽選

《2日目以降》

- 申込方法/電話・窓口
- 受付時間/9:00~20:00
- 受付方法/先着順

- 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。)
- 教室によって、受講料のほかに、教材費、材料費、スポーツ保険料などが必要です。
- 託児を希望される場合は、教室申込みの時にご相談ください。(託児料金:お子様1人につき一回200円)
- 受講生が極端に少ない場合、または講師のやむを得ない事情等により、講座を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。
- お預りした個人情報は、他の目的には使用しません。

予告

各種教室作品展を前期・後期に分けて開催

今年度、各教室で作成された作品を前期と後期に分けて展示ホールにて展示いたします。

各種教室作品展(前期)

期 間 2月18日(土)~3月5日(日)

休館日2月20日(月)・27日(月)

時 間 午前9時~午後8時 最終日は午後3時まで

展示教室 編み物・ソーイング・水墨画・日本画・陶芸

仏像彫刻・写真・書道・日用条幅書道



各種教室作品展(後期)

期 間 3月11日(土)~3月26日(日)

休館日3月13日(月)・20日(月)

時 間 午前9時~午後8時 最終日は午後3時まで

展示教室 絵画・竹細工・和布細工・織物・関金陶芸



《 消防訓練を実施しました 》

12月20日(火)当施設の職員が参加して今年度2回目の消防訓練を行いました。

今回は1階調理実習室付近からの出火を想定し、通報、初期消火、避難誘導等の一連の行動を訓練した後、水消火器を使った消火器の取り扱いの確認をしました。



第67回倉吉文芸にて文芸教室から受賞者

県中部地区文芸活動の発展を目的としている倉吉文芸の第67回が実施されました。

詩、短歌、俳句、川柳、随筆・評論、創作・戯曲の6部門に254名、1,206作品が寄せられました。

その中から32名の入賞が決まり、しあわせの郷文芸教室から短歌部門で2名の方が受賞されました。

第67回倉吉文芸 短歌部門

奨励賞 井木 範子さん

佳作賞 石川 恵子さん

受賞おめでとうございます。



編集後記

寒い季節にゆっくり家族で楽しむ夕食ならやっぱりお鍋ですね。息子からは「今日の晩飯、鍋でよろしく」とラインが入るくらい家族も好きなメニューです。

鍋の魅力は、①油を使わないためヘルシー。②野菜をたくさん食べる事ができるので食物繊維やビタミンも豊富にとれる。肉・魚などのタンパク質に加えシメのごはんや麺類で炭水化物もとれる。③調理・片付けが簡単。

夕食は短時間で用意でき、栄養バランスも良いメニューを模索し、日々献立に悩む中で、鍋は私にとって救いです。ただ、鍋だと翌日の子供のお弁当のおかずを別に用意するのが面倒なので我が家の鍋日は金か土曜日となります。

かつては鍋といえば水炊きで、ポン酢をつけて食べるくらいでしたので、それ程食べたいメニューではありませんでしたが、最近は鍋の素を使えば、豆乳鍋・キムチ鍋・トマト鍋・あごダシ鍋など色々な味が楽しめます。週一でもOKです。

さて、今週は何鍋にしようかな。