

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



睡蓮(スイレン)と言え  
 ば倉敷の大原美術館にあ  
 るクロード・モネの絵画  
 を思い浮かべます。また  
 「あやめ池公園」の水蓮  
 も立派です。

「何か身体を動かすことを習慣にしましょう」  
 緑まぶしい新緑の季節。梅雨の雨の中で益々緑が深く  
 美しい季節になりました。早いもので今年も、もう半分  
 が過ぎようとしています。昨年から続くロシアによるウ  
 クライナ侵攻の影響を受けて、石油や天然ガス、食料な  
 ど世界的な不足を受けて6月からの電気代の値上げや  
 食品の値上げが相次ぎ、エアコンを利用する夏に向けて  
 一層の省エネが必要になりそうです。  
 さて、当館でも段々多く会議室等の予約を戴くよう  
 になりました。オンライン会議も増えてきましたが、移動  
 に掛かる時間や経費は増えますが、それでも対面の方が  
 効果は大きい様です。教室も8月開講のスポーツ系教室  
 の2期目の募集を開始致します。コロナ禍でパソコンに  
 向かう時間が増えていきますので、続けていると身体の各  
 所に不具合が出て、お医者さんのお世話になる頻度が増  
 えてきます。ストレッチ、ウォーキングをするだけでも  
 健康を保つ事が出来ると思います。そしてよろしければ  
 スポーツ教室に参加してみてください。

## 受講生募集

※申し込みは、7月1日(土)から先着順にて受付、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
カフェ風ごはん LUNCH! 「3種のつけ麺スープ~そうめん~他」 管理栄養士 小田 秀さん	7月15日(土) 10:00~13:00	1回	24名	600円 (要材料費)
甘酒を使ってレアチーズケーキを作ろう! 「レアチーズケーキ他」 奥村 美樹さん	7月16日(日) 10:00~15:00	1回	21名	600円 (要材料費)
韓国料理を作ろう! 「変わりキムパプ(変わり韓国風のり巻き)h 調理師 西尾 春代さん	7月23日(日) 10:00~13:00	1回	25名	600円 (要材料費)

\*\*\* 今月の休館日 \*\*\*

7月3日(月)、7月10日(月)、7月18日(火)、7月24日(月) 7月31日(月)

# 7・8月開講スポーツ教室受講生募集

7月1日(土)より  
受付開始・先着順

教室名	日 時	講 師	期間・回数	定員	受講料	
ファースト ピラティス	毎週金曜日 19:00~20:00	河本 珠紀	7月~11月 15回	30人	   	
普通の生活の中にアンバランスな身体の使い方を修正していくクラスです。						
ステップアップ エアロ教室①A	毎週水曜日 9:45~10:45	河本 珠紀	8月~11月 15回	25人		
ステップアップ エアロ教室①B	毎週水曜日 11:00~12:00		8月~11月 15回	25人		
リズムに合わせて、レッツダンス。初めての方にも参加しやすいクラスです。						
チャレンジ エアロ教室	毎週土曜日 10:15~11:15	中原 啓子	8月~11月 15回	25人		
エアロビクスに十分慣れている方や、複雑な振り付けを楽しみたい方を対象としたクラスです。						
ベーシックヨガ	毎週金曜日 14:00~15:00	中原 啓子	8月~11月 15回	35名		
基本的なポーズをベースにテンポよくポーズを変えていくクラスです。						
アクティブヨガ	毎週土曜日 13:30~14:30	中原 啓子	8月~11月 15回	35名		
ヨガのポーズに慣れてきた方向けのクラスです。						
女性のための ヨーガ教室	毎週木曜日 19:00~20:00	桑本 聡子	8月~11月 15回	35人		
ゆったりとポーズをとりながら進める、初心者も参加しやすいクラスです。						
3Bストレッチ教室	毎週火曜日 14:00~15:15	川内 千恵子	8月~12月 15回	25人		
3B独自の用具を使うことで、無理なくストレッチができるクラスです。						
3B体操教室①	毎週火曜日 10:15~11:45	前田 泰子	8月~12月 15回	25人		
3B体操教室②	毎週木曜日 10:15~11:45	福井 留実	8月~12月 15回	25人		
3B体操教室③	毎週木曜日 14:00~15:30	福井 留実	8月~12月 15回	25人		
3B独自の用具を使い、リズムに合わせて体を動かす、誰でも参加しやすいクラスです。						
◎受講料は初月全額です。納入された受講料は原則として返金しません。 ①	毎週水曜日 13:00~14:15	ミノアカ タカコ	8月~12月 15回	20人		
ハワイアンフラ教室 ②	毎週水曜日 14:45~16:00	ミノアカ タカコ	8月~12月 15回	20人		
ハワイのリズムに合わせてゆったりと踊るクラスです。						

9,150円  
(保険料込)

## 書道教室作品展のご案内

と き 令和5年7月16日(土)~23日(日)

と ころ 伯耆しあわせの郷 展示ホール

書道教室、日用条幅書道教室の生徒さんの作品を  
展示いたします。ぜひご覧ください。





伯耆しあわせの郷 夏休み子ども

# ワイワイスクール



7/14  
(金)

午前9時より受付開始

TEL 0858(26)5581

受付時間 9:00~17:30 月曜休館日

募集対象 小学3年生~6年生

※「2種類の望遠鏡を作ろう」の受付開始は7月10日(月)からです。お申込み・お問合せ先は倉吉博物館です。

申込方法 お電話・窓口にて申し込み下さい。  
先着順 定員になり次第締め切り

■「2種類の望遠鏡を作ろう」お申込み・お問合せ先:倉吉博物館 電話0858-22-4409



風船ホバークラフトを作ろう



2種類の望遠鏡を作ろう



オリジナルカードケースを作ろう!



ドライフラワーをアレンジしよう!



わくわくスイーツ作り!



はた織り&草木染

教室名	日時	定員	参加費
米子高専出前講座 化学体験教室 【講師】藤井雄三さん、磯山美華さん (国立米子工業高等専門学校)	8/17(火) 午前10時~12時	30名	600円
2種類の望遠鏡を作ろう◆倉吉博物館主催◆ 【講師】鳥羽哲久さん(倉吉自然科学研究会)	7月29日(土) 午前9時30分~11時30分	15名	700円 ※1、2
風船ホバークラフトを作ろう◆倉吉市教育委員会共催◆ 【講師】中部ものづくり道場	8月1日(火)午前10時~12時	15名	400円
光の箱を作ろう◆倉吉市教育委員会共催◆ 【講師】中部ものづくり道場	8月1日(火)午前10時~12時	15名	400円
ミニスポンジケーキをつくろう◆倉吉市教育委員会共催◆ 【講師】中部ものづくり道場	8月1日(火)午前10時~12時	8名	400円 ※3
はた織り&草木染◆倉吉市教育委員会共催◆ 【講師】福井貞子さん(鳥取県無形文化財技術保持者)	8月2日(水)午前10時~12時30分	15名	600円
おもしろパン作り 【講師】河田秀之さん(スイーツショップポストン)	①7月28日(金)午後1時~3時15分 ②8月4日(金)午後1時~3時15分	20名 20名	600円 600円
わくわくスイーツ作り 【講師】河田秀之さん(スイーツショップポストン)	①8月3日(木)午後1時~3時15分 ②8月10日(木)午後1時~3時15分	20名 20名	600円 600円
ドライフラワーをアレンジしよう! 【講師】中島鈴香さん	8月3日(木)午前10時~12時	15名	1000円
オリジナルカードケースを作ろう! 【講師】石笠郁さん	8月4日(金)午前10時~12時	15名	500円
油絵を描いてみよう! 【講師】磯江ちづるさん	8月8日(火)午後1時~4時	15名	600円

※1.保護者の方は必ず同伴してください

※2.この講座にかぎりお申込みは倉吉博物館です。電話0858-22-4409 受付開始7月10日(月)午前9時より

※3.この講座にかぎり小学4年生以上が対象です

※参加費には材料費が含まれています

※熱中症予防を目的としたこまめな水分補給のため、各自飲料水をお持ちください

# しだれ桜の里フォトコンテスト優秀作品

## 最優秀賞

題名「のどかな春」

作者 森本すま子さん

(倉吉市)



しだれ桜を逆光で捉えた作品。主題の桜に、家族の姿がシルエットで表現され、見る者にしあわせ感を与えている。

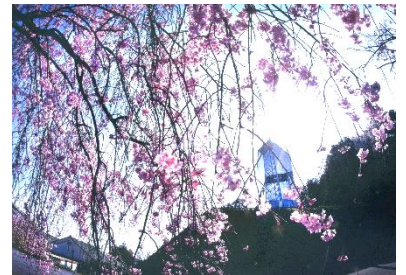
## 優秀賞3点



福田孝二さん (鳥取市)



森本裕さん (倉吉市)



中村武さん (倉吉市)



写真教室では雰囲気のある街並みや緑深い鹿野城址公園などカメラを片手に散策して楽しみました。また、撮影会の後の絶品そばは最高でした。

## 写真教室・野外撮影会を行う



## 入選作品

「過疎の村にも春が」 中村武さん

写真教室受講生がJPA日本写真作家協会フォトコンテスト入選

## 編集後記

この春息子が大学進学のため関西で一人暮らしを始めました。勉強が嫌いで家では10分と机に向かえず、真面目に取り組んでいたのは部活だけでした。でも、本人なりに将来について考えていたのか、学びたい事を決めていて大学進学を目指して勉強を初め、彼も努力し、一浪して何とか大学が決まりました。

新居に荷物を運び込み部屋も片付き、「これからここで、楽しい大学生活を送るんだろう、頑張ったなあ」と、寂しいより嬉しい方が強かったのに、それじゃあ、帰るよ。と夫の運転する車で彼の住む町が遠くなる瞬間は、寂しくて、心配で涙が溢れました。

あれから3か月、連絡はほとんどありません。子供が大学生になったら親の出番はほとんど無いのだなあと、しみじみ感じています。生活的自立・精神的自立・経済的自立の三つの自立を果たすことが親の最終目標だと聞いた事があります。その基礎を作るため、少しずつ我が子の手を離していこうと思っています。