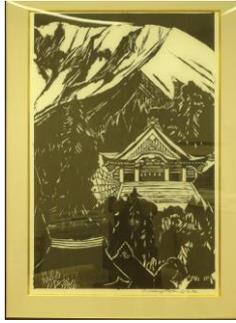


集い・交わり・語らい・楽しむコミュニティゾーン

# 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



「暑さに負けずに」  
 暑い夏がやってきました。今年の夏の気温も高く、観測史上、最も暑くなった昨年に匹敵する暑さになりそうです。熱中症への警戒アナウンス放送が頻繁に流れ、エアコンのお世話になる時間も増える一方です。

当館では、令和4年までに5カ年計画で全館の空調設備を更新し、快適な温度で利用していただける環境が整っています。

今月もご案内している、8月・9月開講のスポーツ教室も、エアコンの効いたトレーニングルームで受講できますので、「史上最強の暑さ」にも負けずに、健康な体作りにチャレンジしてみたいかがでしょうか？ご受講をお待ちしています。

さて、来月9月号にて10月開講の創作・文化教養教室の後期受講案内と、9月21日（土）・22日（日）開催の、第16回伯耆しあわせの郷まつりの案内をしますので、ご期待ください。ご受講、ご来場をよろしくお願い致します。

美術に親しもう！（第7回）

伯耆しあわせの郷所蔵美術作品を紹介します

「伯耆大山大神山神社」

長谷川富三郎作

応接室にて展示中

## 受講生募集

※申し込みは、8月1日（木）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
韓国料理を作ろう！ 「コングクス（豆乳冷麺）・チヂミ他」 調理師 西尾 春代さん	8月18日（日） 10：00～13：00	1回	36名	600円 （要材料費）
発酵食品×季節の食材でつくる家庭料理 「鮭のちゃんちゃん焼き他」 管理栄養士・調理師 宇山 泰代さん	8月25日（日） 10：00～13：00	1回	16名	600円 （要材料費）
カフェ風ごはん LUNCH！ 「アンチョビのブルスケッタ他」 管理栄養士 小田 秀さん	9月 7日（土） 10：00～13：00	1回	24名	600円 （要材料費）

\*今月の休館日\*

8月5日（月）、8月13日（火）、8月19日（月）、8月26日（月）

## 8・9月開講スポーツ教室受講生募集中

教室名	曜日	時間	期間	定員
女性のためのヨガ	木曜日	19:00~20:00	8月~11月	35名
ベーシックヨガ	金曜日	14:00~15:00	8月~11月	35名
アクティブヨガ	土曜日	13:30~14:30	8月~11月	35名
エンジョイエアロ	土曜日	10:15~11:15	8月~11月	25名
3Bストレッチ	火曜日	14:00~15:15	8月~12月	25名
3B体操①	火曜日	10:15~11:45	8月~12月	25名
3B体操②	木曜日	10:15~11:45	8月~12月	25名
3B体操③	木曜日	14:00~15:30	8月~12月	25名
ハワイアンフラ①	水曜日	13:00~14:15	9月~12月	20名
ハワイアンフラ②	水曜日	14:45~16:00	9月~12月	20名

回数は15回、受講料は9,150円（保険料込）。

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。定員になり次第締め切ります。

## 中国地方地域づくり等助成事業報告会

しだれ桜の里を育てる会は、令和5年度の活動報告会を広島にて行いました。国土交通省外郭団体の（一社）建設弘済会主催し、街づくりを行う中国地方のボランティア団体が一年間の事業の成果を報告するもので、中国地方各地の8団体が発表しました。当会は「しだれ桜による名所づくり事業」と題し、イベントやしだれ桜の里の歌を創る、などの活動を報告しました。



## 香港の学生が鳥取県交流事業で来館

7/10 鳥取県の交流事業で、香港翁祐中学（日本の高校2年生に相当）で日本語を学習する生徒15名と先生2名が来館され、絃コースター作り・草木染ハンカチ作成を楽しく体験されました。



## フラ教室アロハステージ in ゆりはま出場

山陰に夏の訪れを告げるイベント「ハワイ in ゆりはま」が7月7日（日）湯梨浜町で開かれました。

ハワイアンフラ教室のみなさんが出場し、華やかな衣装とダンスが披露され観客のみなさんを魅了していました。



## 消防訓練を行いました

7月2日（火）消防訓練を行いました。今回は管理棟1階ボイラー室付近からの出荷を想定し、通報・避難誘導・初期消火の一連の行動を訓練しました。



## 第16回 伯耆しあわせの郷まつり 開催予告

ステージ・グルメ・体験・展示・販売など  
9月21日（土）13時~17時  
9月22日（日）10時~15時

## 編集後記

今年も暑い夏が到来しました。燃料高騰に加えてこの暑さ我が家もエアコンを買い換えました。そこで気になるのが、エアコンの電気を節約したくなります。少しの工夫で節約になります。エアコンの冷房の風量設定の弱と自動どちらがお得か考えたいと思います。

実験で、八時から十九時までの十一時間、エアコンをつけたまま一カ月あたりの電気料金の差を比較すると弱より自動のほうが消費電力が約三割少ないという結果になったそうです。吹出口からの気流が弱い風量「弱」のほうが節電につながりそうに思えますが、実験では、風量「自動」のほうが節電につながった結果になったようです。

風量を「弱」に設定すると、室温が設定温度に達するまでに時間がかかり、かえって消費電力が多くなるそうです。気温が高い日には、温度を下げるか、風量を「強」にすると、温度を一度さげるよりも、風量を「強」にするほうが、消費電力が月間で約半分になるそうです。目安で環境や天気によって結果は変わることがあります。 M