平成１９年度：７月号（第６号）

高勢地域だより

発行：高勢地域協議会　E-mail：takase@town.misasa.tottori.jp

Ｈｏｔ！健康学習会を開催しました！

日時：平成１９年７月１３日（金）13:30～15:30

場所：高勢地区公民館（三朝町小河内）

内容　(1) 健康に役立つ話･･･「体も心もふんわり・しっとり」

(2) 健康体操･･･ボディトークでリラックス

当日はあいにくの空模様でしたが、町の保健師２名を招いて「高勢地域健康学習会」が高勢地区公民館で開催されました。この事業は高勢地域協議会の生活環境部会が主体となり「高勢地域の健康増進」を目的に計画されたものです。

健康に役立つ話では、参加者は小グループに分かれ、自分たちの元気度のチェックや脳の働き、また、認知症などについて、保健師さんの巧みなトークで笑いを交えながら説明を受け、健康であることのすばらしさを実感しました。

健康体操では、保健師さんの指導のもと、みなリラックスした表情で、ボディトークを実施しました。

地域協議会 生活環境部長の小椋博道さんは今回の事業について「日頃、健康であることは当たり前のように思っていたが、今日の学習会で改めて健康であることのすばらしさを実感できた。是非、今後もこの事業を継続していきたい。」と話していました。

～健康に役立つ話のポイント！～

- **グループ毎に分かれて話し合います**
- **思い浮かべる元気パワーとは？**
- **脳は、神経細胞の集団で、記憶力や判断力を保つ大事な場所ですよ**
- **水分補給の重要性と１日の必要量など**
- **体も心もリフレッシュ、笑顔で挑戦する**

飲酒比較党

元気の源は、毎日おいしくお酒を飲めること。これが一番だよ

笑顔美女党

農業大臣です。働ける楽しさと、元気な方のパワーを受け継ぎます

元気欲望党

比較的に何故か女性の方が、輝いているように感じる。あやかりたいねぇ

勝手放題党

厚生省勤務です。ボランティア活動が生きがいです。今日の事業に感謝。

高勢地区公民館をご利用の方は、お気軽にご連絡ください。

高勢地域協議会事務局：43-1040（尾﨑）又は役場 地域振興課：43-3515（角田）

小河内市・ほおずき市

～今年も元気に開催します！～

お盆前に忙しい時期ですが、足を運んでみてはいかがでしょうか。

日　時　***8月12日(日)　午前9時～***
場　所　小河内公民館前
販売品　☆夏の風物詩　ほおずき
☆源流豆腐・おぼろ豆腐
☆揚げたての油揚げ
☆地元産の野菜や盆花・お餅等
☆バザーも開催します！
（焼きそば・フライドポテト
ジュース・生ビールなど）

【主催】小河内区・でべその会・がき大将ネットワーク

馬場の滝まつり

今年も真夏の恒例イベント「馬場の滝まつり」が開催されます。馬場の滝で、すれちがう度に、お元気でしたかと声掛け合い、懐かしく再会できる機会です。お盆で帰省された方なども大歓迎！みなさんで誘い合って、是非、お出かけ下さい。

日　時　***8月15日(水)午前11時～***
場　所　馬場の滝（三朝町小河内）
催し物　◎川魚（ヤマメ等）つかみ取り
◎源流豆腐
◎そうめん流し　など

【主催】小河内区【後援】高勢地域協議会

夏期休暇中の青少年活動について

学力アップ講座日：7月31日・8月7日・8月13日・8月21日の4回開催されます。
ボランティアの方の協力で昼食づくりを計画し、子ども達と楽しく交流します。

行事　・日時　８月２日（木）アイスクリーム作り体験
場所　鳥取県立農業大学校（倉吉市関金町大鳥居）
・日時　８月20日（月）弥生時代の歴史体験ツアー
・場所　むきばんだ遺跡他（西伯郡大山町妻木）

集落行事（活動）におじゃましました！～鉛山区より～

参加する女性３名で全員集合です。現在３軒、住民は数人ですが、人数にこだわる事無く、楽しく食事作りに挑戦しました。どこの料亭にも負けないような、美味しい料理が出来、皆さんの満足そうな顔を拝見し、集落を護る気持ちに感銘しました。

～今日の献立～
・タコご飯
・秋刀魚のかば焼き
・レモン和え
・夏野菜のそぼろ煮

８月の公民館開館予定日と行事予定

日	曜日	開館	行事予定	日	曜日	開館	行事予定
1	水	13:00～	公民館部会	１７	金	13:00～	
2	木	青少年活動（農業大学校）		２０	月	青少年活動（むきばんだ遺跡）	
3	金	13:00～		２１	火	9:00～	第４回学力アップ講座
5	日	7:30～	草刈作業(柿谷～鉛山間)	２２	水	13:00～	
6	月	13:00～		２４	金	13:00～	
7	火	9:00～	第２回学力アップ講座	２７	月	13:00～	
１０	金	13:00～		２８	火	13:00～	
１３	月	9:00～	第３回学力アップ講座	３０	木	13:00～	