

令和5年

11月号

大高の里だより

大高公民館

TEL : 27-1003

FAX : 27-1983

E-mail : ohtaka@chukai.ne.jp



11月の主な予定

1	水	
2	木	
3	金	● 文化の日
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	こたか保育園開放日
8	水	
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	演芸・カラオケ大会
13	月	
14	火	
15	水	
16	木	成人セミナー⑦
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	南部地区公民館職員研修会
21	火	こたかっこくらぶ
22	水	
23	木	● 勤労感謝の日
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	
29	水	出張！なんでも健康相談
30	木	

演芸カラオケ大会

【日 時】 11月12日(日)

13:00開演

【場 所】 伯仙小学校 体育館

自治会代表・公民館同好会のみなさんの歌や踊り、演奏をお楽しみください！プログラム等、くわしくは後ほど配布されるチラシをご覧ください。



学習講座⑥「みんないきいき

おうちご飯」

【日 時】 12月5日(火)

9:00~12:00

【場 所】 大高公民館

【講 師】 大高地区食生活改善推進員さん

【参加費】 300円

【持ち物】 エプロン・

三角巾・マスク

【定 員】 15名



恒例！伝統文化行事

『しめ縄づくり教室』

【日 時】 12月17日(日) 9:30~12:00

【場 所】 大高公民館

【講 師】 木下寿美子さん(石田自治会)

【参加費】 100円(当日集金)

【持ち物】 わらを切るはさみ、エプロン、マスク

【定 員】 15名



大高成人セミナー

⑦現地学習

ぶらり

「鰐淵寺と木綿街道 旅」

【日 時】 11月16日(木)

9:00~16:00

【行き先】 鰐淵寺、木綿街道(出雲市内)

【参加費】 3,500円(バス代+食事代)

【定 員】 24名

(定員になり次第、締め切ります)



木綿街道交流館

見木綿寺の紅葉
所綿街道のなごり
たぐくわん！

⑧音楽講座/閉講式

『若返りボイストレーニング』

【日 時】 12月12日(火)

13:30~15:30

【場 所】 大高公民館

【講 師】 ゴスペルオーヴ



今年度のセミナーもいよいよ最終回です！

閉講式では7回以上受講された方を表彰します。

職員不在のお知らせ

11月20日(月)の午後から、南部地区公民館職員研修会のため事務室を閉めさせていただきます。部屋の利用は通常通りできますので、事前に鍵をお借りください。

子育てサークル

こたかっこくらぶ

未就園児と保護者のサークルです。

申込み不要！
いつでも、どなたでも参加できます。

7日(火) 10:00~ こたか保育園開放日

21日(火) 10:00~ 大高公民館



子どもの遊び場! わくわくサークル

●土曜日 9:30~12:00

25日 焼き芋をつくって
食べよう!



Fresh おおたか
おいしく食べて健康づくり教室

丈夫な骨を保つためのヒントが見つかるかもしれません。
ぜひ、ご参加お待ちしております。



カルシウムをしっかりとろう!

とき: 11月29日(水) 午前10時~午後1時

ところ: 大高公民館

内容: 調理実習と健康づくりのお話

講師: 米子市健康対策課 管理栄養士・保健師

献立: サバ缶のレモン醤油パスタ、ひじきのサラダ
きな粉牛乳プリン

材料費: 300円

持ち物: エプロン・三角巾・マスク

申込み: 11月22日(水)までに

大高公民館(電話 27-1003)へお申込みください。

大高地区食生活改善推進委員会・大高地区保健推進委員会・
米子市健康対策課

保健師の出張! なんでも健康相談 9時30分~
& 箕蚊屋地域包括支援センター出張相談

実施中!!

交通安全教室&親子読み聞かせ教室



【日時】 11月25日(土)

13:30~

【場所】 交流センターきずな ☎ 27-1038

- ・VRシアター「わた朗君」を使用し、交通安全教室をします。目に見えても危ない場所、死角などを体験できます。
- ・保護者・こたか保育園の先生・児童館職員が、絵本の読み聞かせをします。

学習講座④ 10/3開催

「フレイル予防体験ツアー」

体力測定、よどえ探訪ウォーキング、栄養セミナー、スマホ教室と、盛りだくさんの内容で、大変勉強になりました。



運動会

10月8日(日) 4年ぶりに開催することができました。たくさんの皆さまにご参加いただき、ありがとうございました。役員・選手のみなさん、お疲れさまでした!

☆紅白玉入れ☆

優勝 リーフタウン
準優勝 石田
上泉

☆綱引き☆

優勝 上泉
準優勝 大本坊



スポーツ広場草刈り・花植えのお礼

10月23日(月)、花ボランティアの方々と公民館運営委員の皆さんが、草刈りと花植えをしてくださいました。ありがとうございました!



今月の投句コーナー

川柳を一緒にしましう
09077748096
高田まで



時と場所わきま法螺を吹くとする
残暑の出口からぬまに秋が来た
趣味の会若男女賑やかだ
宝物ひとつは種まきか
宝後飲んだはずだがなせ余る
里のみち歩けば並ぶ友もな
青が好む若く見せませす背筋ピン

高野戸高山川原
田口田嶋口本

振世真な栄美亨
作子理ず子津
子な子