



残 暑

お盆には、各地区で盆踊り、納涼祭など様々な行事が行われ大変賑わいました。帰省した同級生や幼馴染に久しぶりに出会い、懐かしく楽しい時間を過ごされた方も多かったのではないのでしょうか。

例年だと、お盆を過ぎると朝晩は涼しさが増してきます。8月23日は二十四節季の一つ「処暑」で、暑さも和らぎ次第に夜が長くなり秋の気配を実感する頃とされています。しかし、今年はまだまだ暑いですし農作業も忙しくなる時期でもあります、熱中症など体調管理にはくれぐれも気を付けてお過ごしください。



盆踊り（対田）

ストレッチ教室

ストレッチ教室は対田教室と久谷教室を交互に開催しており、8月17日（月）には久谷教室を開催しました。参加者は無理のないよう体をほぐし、徐々に疲れもとれすっきりした様子でした。年齢を重ね、体を動かす機会が少なくなると体の中心となる部分「体幹」が固まって、疲れが抜けない体になってしまいます。定期的に体をほぐし、軽やかに動ける体を目指しましょう。

対田教室

久谷教室



久斗グラウンドゴルフ同好会

8月の月例大会は、3日（日）に21人の参加で行いました。2地区で午前中の地区行事と重なり午後1時の開会となりました。気温も高い時間帯で心配しましたが全員楽しくプレー出来ました。

次回は、9月6日（日）の午前8時から行います。（七理）



月例大会（8月3日）の結果

順位	氏名	打数	ホールインワン	順位	氏名	打数	ホールインワン
優勝	田中 健城	56打	1本	6位	七理 義満	62打	0本
2位	尾崎 敬子	56打	1本	7位	株本 貞夫	63打	0本
3位	西村 禎夫	58打	1本	8位	尾崎 弘典	64打	1本
4位	岡村 清一	61打	1本	9位	寺内 利正	64打	0本
5位	岡坂 伴子	61打	1本	10位	尾崎 ひな江	66打	0本

自然を楽しむ「葛(くず)」



葛(クズ)は秋の七草のひとつとして万葉の時代から日本人の心に親しまれてきた植物で、この時季に良い香りのする紅紫の花を咲かせます。残念ながら、今では野山に生えるまま放置され、フェンスや他の植物などに絡まって厄介者扱いされることが多い野草です。

ところが葛は、古くから漢方薬や茎の繊維で布を織ったり、葛粉の原料などとして用いられています。美味しく食べられることも考えると、雑草としてただ駆除するのはもったいないような気がします。葛の葉は栄養価が高く、ビタミンC、カルシウム、鉄分、イソフラボンなどが豊富に含まれており健康と美容の効果が期待されます。柔らかい葉を天ぷらにするとサクサクとして美味しいですし、おひたし、和え物、炒め物にも合います。また、葉を乾燥させた葛の葉茶は、手軽に葛の栄養をいただくことができます。

・ ・ ・ 浜坂東小学校すもう場 ・ ・ ・

こどもすもう教室・大会

日時 令和8年9月27日(日) 9:30~(受付8:30~)
場所 新温泉町浜坂東小学校相撲場 **対象** 2歳児~小学6年生
内容 相撲連盟から相撲の基本を指導していただき、その後相撲をします。

ちゃんこ鍋・かき氷・ジュースのふるまいやスーパーボールすくい、「子ども安全免許証」発行ブースもあります。

服装 体操服など運動出来る服装でご参加ください。
主催 いちごくらぶ、但馬信用金庫 **共催** 新温泉町相撲連盟
協力 新温泉町青少年育成推進協議会、新温泉町いずみ会、株本建設工業株式会社、JAF(日本自動車連盟)鳥取支部
後援 新温泉町、新温泉町教育委員会、香美町、香美町教育委員会、浜坂東小学校、浜坂東小学校PTA、久斗地区公民館、スポーツクラブ21くとだに

問合せ いちごくらぶ(浜田) 090-7340-9022

参加者募集

・・・ 参加申し込み ・・・

下のQRコードからお願いします。

申込期限 令和8年9月15日(火)



公民館関連事業のご案内

◇ストレッチ教室(対田)

リラックスし無理のないよう徐々に体をほぐし、軽やかに動ける体を目指しましょう。

日時 9月28日(月) 9:00~10:30

場所 対田公会堂 2F 和室

講師 阿瀬宏太(柔道整復師)

◇地域食堂(いずみ食堂)

コミュニティづくりの一環として、いずみ会の皆さんが調理した食事を無料で提供します。

日時 9月27日(日) 11:30~13:00

場所 浜坂東小学校(すもう教室・大会会場)

協力 いずみ会 他 **対象** どなたでも可

久斗地区公民館連絡先

〒669-6728 新温泉町対田 283-1 (浜田)  久斗地区公民館
TEL/FAX 0796-82-2962 e-mail: kuto_tiku@yahoo.co.jp`