

# 明道公民館だより

米子市明道公民館

〒683-0067 米子市東町124

TEL 34-3074 FAX 34-3088

E-mail meidoh@chukai.ne.jp



QRコード



## 行事予定

- 9日(火) 出帳!なんでも健康相談
- 10日(水) 地区社会福祉協議会総会
- 15日(月) 自治会長会
- 16日(火) 在宅福祉員会総会
- 18日(木) 公民館運営協議会(合同部会)
- 21日(日) 米子市春季一斉清掃
- 22日(月) 公民館運営協議会総会
- 23日(火) あすなろ学級 開講式/人権講座

## 第1回 学習講座のご案内

### 「自分でできる!足うら健康法」

～初心者でもできる

簡単足つぼが学べます～

日時: 5月17日(金) 10:00～11:30

講師: リラクゼーションルーム Jun  
高間 順子 氏

定員: 8名 (定員になり次第締切ります)

参加費: 600円 (ぐりぐり棒付)

持ち物: 白湯 500ml、フェイスタル 1枚  
膝上まで出せるズボン

申込み: 4月8日(月)から受付ます。

参加費を添えて、明道公民館へ  
お申込みください。

## 令和6年度 あすなろ学級

### 開講式/第1回 人権講座

「みなさん気づいていますか？」

日常生活に潜む無意識の思い込み  
(バイアス)に」

日時: 4月23日(火)

13:30～15:00

場所: 明道公民館 第1研修室

講師: 公益社団法人  
鳥取県人権文化センター  
専任研究員  
中尾 和則 氏

### 第2回 現地学習



「開運琴浦～神崎神社と

清元院の龍～」

日時: 5月23日(木)

9:00～16:00

\*詳細は、来月の開講式/第1回人権講座で  
お知らせします。

## スポーツ大会のご案内

### 「ペタンク大会」 ※少雨決行



日時: 5月19日(日) 午前9:00～

場所: 明道小学校グラウンド

- 3名、1チーム
- 参加希望の方は、各自治会体育部員又は  
公民館までお申し込みください。

ペタンクは、年齢・男女を問わず、楽しめる  
スポーツです。お気軽にご参加ください。

## 令和6年度明道公民館職員

館長…植田三男 主任主事…世良田好美  
主事…住田宗子 主事…松田 薫

上村紀子主任主事が退職されました。  
福米西公民館から、世良田好美主任主事  
が着任しました。

どうぞよろしくお願ひします。



## 明道地区社会福祉協議会

地区社会福祉事業のために、ご厚志を賜り、厚く御礼申し上げます。謹んでご冥福をお祈りいたします。

(香典返し)

道笑町2丁目 益井 良明 様 (故 益井 忠明 様)

道笑町2丁目 井澤 敏 様 (故 井澤 久枝 様)

道笑町3丁目 山本 茂 様 (故 山本 民子 様)

保健師の

**出張！なんでも健康相談**



保健師の酒井です。月1回開催しています。予約不要。赤ちゃんから大人の方まで、どなたでもお越しください。

日時：令和6年4月9日(火)

午前9時30分～11時30分

場所：明道公民館 講習室

- ・血圧測定、体脂肪測定、握力測定
- ・健診の結果の見方がわからない  
健診結果や血液検査の結果がありましたら、持ってきてください
- ・各種体操の紹介など
- ・赤ちゃんの体重測定・育児について
- ・その他、体や心の健康のことで聞いてみたい などなど

米子市健康対策課 23-5454



子ども・若者サポート情報

第198号  
2023.7.19

## ライブ配信サービスで投げ銭! 高額課金に気を付けて

事例

クレジットカードの利用明細に、30万円以上の身に覚えのない請求があった。調べてみると、小学生の息子が親のタブレット端末で動画投稿アプリの

ライブ配信を観て、投げ銭を繰り返していたことが分かった。クレジットカード情報を登録しており、息子も操作方法を見ていたので、使ってしまったようだ。(当事者：小学生)

何、この金額!?



### ひとことアドバイス

- ライブ配信サービスの配信者を応援するため、オンライン上で課金するいわゆる「投げ銭」で、子どもが保護者に無断で課金したという相談が寄せられています。
- スマートフォンやタブレット端末などのクレジットカードの登録状況やキャリア決済の設定状況等を確認し、暗証番号の管理を徹底しましょう。
- 保護者のアカウントを子どもに利用させないようにしたり、ペアレンタルコントロール

ルールを利用し、子どもの利用を制限したりすることが有効です。

- 子どもが保護者の許可なく課金しないように、子どもが利用しているサービスやその決済の仕組みを理解し、使い方やルールについて、日ごろから家族で話し合しましょう。

- 困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。



さぼーとくん

## ほかほか倶楽部 明道公民館出張体操教室

最近身体を動かすことが少ない、どんな運動をすればいいかわからない、そんな方に自宅でできる運動不足解消になる運動の体操教室をします。

気軽に楽しく身体を動かしてみませんか？

- ・日程：令和6年4月19日(金)
- ・時間：10時～11時
- ・場所：明道公民館1階
- ・内容：集団体操等
- ・服装：動きやすい服装



講師：景山 彰  
資格：介護予防運動指導員  
普段は目久美町にある『ほかほか倶楽部デイサービス』で、集団体操・マシントレーニングなど運動の指導をしています

ご質問等はお電話(0859-30-4347)ください。  
ほかほか倶楽部 管理者 広江大樹

