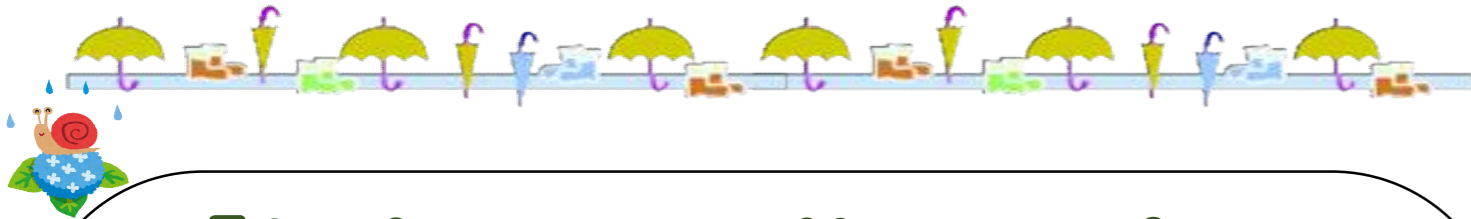


令和8年 6月

福生東公民館だより

TEL 34-3150・FAX 34-3177 E-mail fukuikkee@chukai.ne.jp



「福生ふるさと塾」のご案内

●ふるさと塾(第2回) 6月10日(水)10:00~11:30

場 所 福生東公民館

内 容 教養講座『大山のお話~絵で見る山の魅力~』

講 師 画家 松下 順一 氏



●ふるさと塾(第3回) 7月3日(金)10:00~11:30

場 所 福生東公民館

内 容 人権講座「やさしいまちの 声がきこえる」

講 師 特定非営利活動法人 あかり広場 代表理事 渡部 恵子 氏

共 催 福生東地区人権教育推進協議会



※事前に申込みをされていない方でも参加できます。

当日、直接公民館にお越し下さい!

ご参加お待ちしております!

「あいさつ運動」参加者募集中!

今年度からスタート!!

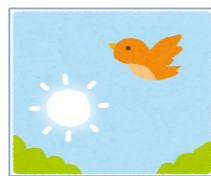
福生中学校で「あいさつ運動」を行います。

つきましては、地域の皆さま方の参加者を募集します。

短時間でも大歓迎ですので、是非ご参加ください。

参加をご希望の方は、福生東公民館までご連絡ください。

登校する生徒に、みんなで元気な笑顔を届けましょう。



【日 時】令和8年6月17日(水) 8:00~8:30(偶数月の第3水曜日に実施します)

【会 場】福生中学校 校門付近

【申込み】福生東公民館まで 電話:34-3150(平日8:30~17:00)

令和8年度 福生東地区敬老会のご案内

日 時 6月23日(火)10:00開会

場 所 創価学会米子文化会館

主 催 福生東地区社会福祉協議会

共 催 福生東地区自治連合会 福生東地区民生児童委員協議会 福生東公民館

備 考 各自治会長さんより、集合場所などのご案内があります。



自転車防犯パトロール隊

街角パトロール:6月 1日(月)
14:30

防犯パトロール:6月15日(月)
14:30

※福生東小学校前に
集合です。



保健推進員会 健康ウォーキング

6月3日(水)9:30
公民館を出発します。

熱中症対策を
必ずお願いします



球技大会について(お知らせ) 【校区ソフトバレーボール大会】

日 時 6月14日(日)9:10~

場 所 福生体育館

ご参加をお待ちしております!



福生東地区社会福祉協議会から お礼申し上げます。

香典(玉串料)返しとしてご寄付いただきました。

2区 八幡 圭子様 金一封

地区社会福祉事業に役立たせていただきます。ありがとうございました。

日野川清掃のお知らせ

ご参加を
お待ちしております!

日 時 7月5日(日)8:30~9:30

集 合 福生中学校グラウンド ※11区 池の里公園 12区 皆生新田東公園

日野川・水貫川の清掃をします!

地域を流れる大切な川をきれいにしましょう!

皆さまのご参加をお待ちしています。

※悪天候の時は、中止になる場合もありますのでご了承ください。



6月の行事予定

1	月	街角パトロール14:30
2	火	文化部会19:30
3	水	健康ウォーキング9:30
4	木	
5	金	敬老会打ち合わせ会19:30 (終了後、自治会長会)
6	土	さつまいも植え9:00
7	日	
8	月	リモート運動体験10:30
9	火	
10	水	第2回福生ふるさと塾10:00
11	木	
12	金	
13	土	
14	日	校区ソフトバレーボール大会9:10
15	月	防犯パトロール14:30
16	火	
17	水	あいさつ運動8:00
18	木	
19	金	
20	土	
21	日	
22	月	
23	火	敬老会10:00(創価学会米子文化会館)
24	水	日野川清掃打合せ会19:30
25	木	なんでも健康相談9:30
26	金	
27	土	防災教室9:30
28	日	
29	月	人づくりまちづくり推進委員会19:30
30	火	

7月の行事予定

- 3日(金)第3回 福生ふるさと塾
- 5日(日)日野川清掃
- 16日(木)第4回 福生ふるさと塾
- 26日(日)学習講座



保健師の出張!なんでも健康相談

予約不要

生活習慣、健康のこと、日ごろの心配ごとのほか、赤ちゃんの体重測定、血圧測定、握力測定のみでも構いません。

例えば...

- ・子どものからだや育児の相談がしたい
- ・妊娠中の過ごし方で聞きたいことがある
- ・体重が増えて(減って)気になる
- ・気分が沈んで元気がでない
- ・最近血圧が高くて気になる
- ・健診の結果の見方がよくわからない



(※健診結果等がありましたらお持ちください)
・家でできる運動を知りたい...などなど
ご自身のこと、ご家族のこと、気軽にご相談ください。
お待ちしております。

■日時 6月25日(木)午前9:30~11:30
(お子さんは10:30から)

■場所 福生東公民館 1階和室(大)

問合せ:米子市健康対策課 23-5454
福生東地区担当保健師 宮永

あなたの骨は大丈夫?
骨量測定&健康講座



骨の強さを表す骨量は年齢を重ねると減っていきます。
骨量測定であなたの骨の健康状態を調べてみませんか?
骨粗しょう症予防のための食事や運動についてもお伝えします。

日程:令和8年7月7日(火)
10:30~12:00(受付10:00から)
場所:福生東公民館 2階集会室
内容:①健康講座(骨粗しょう症予防のための運動、食事の話)
②骨量測定(かかとの骨を超音波で調べる簡単な検査)
講師:保健師・管理栄養士・リハビリ専門職等
対象:市内の方ならどなたでも
申込み:6月8日から6月26日までに、福生東公民館
(☎34-3150)に申込みください。(先着20名まで)
参加費:無料
主催:米子市健康対策課

※片足だけ裸足になっていただくので、脱ぎやすい靴下等でお越しください。
※動きやすい服装と上靴、水分補給ができる準備をしてお越しください。

福生東ふるさと塾

5月21日(木)

開講式・介護予防講座



令和8年度のふるさと塾が開講しました。
1回目は「イスに座って出来る♪らくらく元気体操」と題して真誠会セントラル介護予防センター 健康運動指導士 稲岡千鶴様にご講演いただきました。
受講者の皆様も楽しく参加していただきました。

週末子ども支援事業
6月の日程

●とんぼクラブ

6月13日(土)9:30~11:30

場所:福生東公民館(2階集会室)

内容:光の箱・バルーンアート

費用:100円(当日受付まで)

持ち物:作品を持って帰る袋・飲み物

いずれの教室も
初歩からの指導で
気軽に参加する
ことができます。
みなさんの参加を
お待ちしております。



●茶道教室

6月13日(土)14:00~16:00

6月20日(土)14:00~16:00

場所:福生東公民館(1階和室)

費用:100円(お菓子・お茶代)



福生東公民館で フレイル予防! 予約不要・参加費無料

リモート運動体験!! 日時:6月8日(月)10:30~12:00

会場:福生東公民館 2階集会室

持ち物 上履き、水分補給用の飲み物、汗拭きタオル 動きやすい服装でお越しください。

米子市では、お住まいの地区の公民館でフレイル予防の取り組みを実施しています。

フレイルとは...

加齢により心身が衰えた状態のことをいいますが、適切な対処をすることで健康な状態に戻ることができると言われています。運動・栄養・社会参加でフレイルを予防しましょう。

問合せ 米子市フレイル対策推進課・健康対策課 電話 23-5458



子育てサークル なかよしCLUB

●定例会

【日時】6月2日(火)

【時間】10:00~11:30

【会場】福生東公民館 和室(大)



●自主活動

消防署見学

【日時】6月30日(火)

【時間】10:00~11:30

【会場】米子消防署皆生出張所



メンバーを募集しています!!

なかよしCLUBは、メンバーを募集しています。興味のある方は、新開子育て支援センター CHUCHUにご連絡ください。☎33-4122

福生東青少年育成会主催 防災教室

日時:6月27日(土)9:30~13:00

会場:福生東公民館

参加費:無料



※詳細は小学校で配布されたチラシをご覧ください。
※申し込をされた方は忘れずにお越しください!