

令和7年12月

福生東公民館だより

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

「福生ふるさと塾」のご案内

●ふるさと塾(第9回)

日時 12月9日(火) 10:00~11:30

場所 福生東公民館

内容 音楽講座『昭和うた声喫茶～懐かしの昭和のメロディーを歌いましょう～』・閉講式

講師 マジョルカ武田氏

※今年度最後のふるさと塾です。皆様のご参加をお待ちしています。



【公民館からのお知らせ】

12月27日(土)～1月4日(日)は年末年始閉庁のため、職員不在となります。
公民館を利用される方は事前に手続きをしていただきますようお願いいたします。

新年の集いのお知らせ

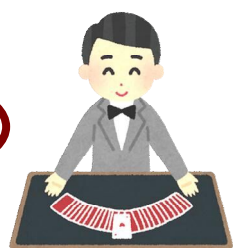
日時:令和8年1月7日(水) 10:00~11:30

場所:福生東公民館 2階集会室

演目:マジックショー マジカル江島様

☆どなたでもご参加いただけます。お誘い合わせてお出かけください。

演目は手品



米子市公民館ふれあい発表会

日時:12月6日(土)【舞台発表・作品展示】

場所:米子市文化ホール

☆福生東地区からは卓上手織教室の皆さんが出展されます☆

※詳しくは、先月配布されたチラシをご覧ください。



自転車防犯パトロール隊

街角防犯パトロール

12月1日(月) 14:30~

下校時防犯パトロール

12月15日(月) 14:30~

※1日、15日は14:30に小学校集合です。

保健推進員会 健康ウォーキング

12月11日(木) 9:30

公民館出発

防寒対策をしてお出かけ下さい。

食生活改善推進員会からのお知らせ

【みんなで生き生きおうちご飯 テーマ:地産地消で野菜をとろう!】

日時:12月11日(木) 10:00~13:00

場所:福生東公民館 調理室

料金:500円(材料費として)※当日集金します

☆参加希望の方は、12月5日(金)までに公民館までお申し込みください。

《メニューが決まりました!!》

・ごはん・冬野菜のミネストローネ・白ねぎと鶏肉のみそクリーム煮

・さつま芋とブロッコリーのごま和え・にんじん白玉



リモート運動体験! ~映像を見ながら一緒に運動をしませんか~

■12月8日(月) 10:30~12:00

■会場:福生東公民館2階

■持ち物:上履き、水分補給用の飲み物

予約不要。参加無料。途中参加、退出OKです。

ご都合に合わせてご参加ください。

■問合せ:米子市フレイル対策推進課 23-5458



保健師の出張!なんでも健康相談&福生地域包括支援センター出張相談

生活習慣、健康のこと、日ごろの心配ごとなど、
どなたでもどうぞ。
赤ちゃんの体重測定、血圧測定、握力測定ほか、
介護相談も同時開催します。
ご自身のこと、ご家族のこと、気軽にご相談ください。

日時:12月25日(木) 9:30~11:30

(お子さんは10:30から)

場所:福生東公民館

連絡先:米子市健康対策課 23-5454

福生東地区担当保健師 宮永

生活習慣病を予防しよう!~健診とがん検診で安心~

生活習慣病とは、食事や運動、休養、喫煙、飲酒などの
「健康とは言えない生活習慣」が発症の要因となる疾患
の総称です。日本人の死因の上位を占める、がんや心疾
患、脳卒中は生活習慣病に含まれており、米子市でも死
亡数の約半数が生活習慣病によるものです。自身の健
康習慣を見直すとともに、健診とがん検診を受けて、生
活習慣病を予防しましょう。

■令和7年度米子市の健診、がん検診が終了間近です!

健診、肝炎ウイルス検査:12月末まで
胃、大腸、肺がん検査:1月15日(木)まで
子宮、乳がん検診:1月31日(土)まで



おとなのいろいろな
健診QR

お問合せ:健康対策課 ☎23-5468

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。

3区 八幡 勝様 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。

12月の行事予定

1	月	街角パトロール14:30
2	火	
3	水	
4	木	
5	金	自治会長会19:30
6	土	米子市公民館ふれあい発表会
7	日	
8	月	フレイル予防体操10:30
9	火	第9回ふるさと塾・閉講式10:00
10	水	
11	木	健康ウォーキング9:30 料理教室10:00
12	金	
13	土	
14	日	子ども餅つき大会・昔からの遊び9:00
15	月	館内大掃除9:00 下校時防犯パトロール14:30
16	火	館内ワックスがけ※午前中
17	水	
18	木	
19	金	
20	土	
21	日	
22	月	
23	火	
24	水	
25	木	なんでも健康相談9:30～
26	金	
27	土	年末休業日(27日～4日)
28	日	年末休業日(27日～4日)
29	月	年末休業日(27日～4日)
30	火	年末休業日(27日～4日)
31	水	年末休業日(27日～4日)

週末子ども支援事業 12月の日程

●とんぼクラブ

12月13日(土)9:30～11:30

内 容:折り紙万華鏡・バルーンアート

費 用:100円

持ち物:作品を入れて帰る袋・飲み物

※公民館祭に展示した作品をお返しします。

●茶道教室

12月13日(土)14:00～16:00

12月27日(土)14:00～16:00

※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。

子育てサークル なかよしCLUB

●定例会 クリスマス会

【日時】12月 2日(火) 10:00～11:30

【会場】福生東公民館



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。
(TEL33-4122)

●公民館年末大掃除 ご協力のお願い

日時 12月15日(月) 9:00～11:00(予定)

年末の公民館内外大掃除を行います。公民館を利用されている同好会、教室、団体等の皆さま方のご協力をよろしくお願いいたします。

●公民館内ワックスがけ

日時 12月16日(火) 午前中

館内のワックスがけを行いますので、午前中は部屋の利用はできません。

青少年育成会主催 餅つき大会・昔からの遊び

日 時:12月14日(日)9:00～11:30予定

場 所:福生東公民館

参加費:無料

定 員:40名(先着順)



※詳細は小学校で配布するチラシをご覧ください。

新年書初め教室

日 時:令和8年1月7日(水)
13:30～15:30

場 所:福生東公民館

講 師:大野原瑞彰先生

参加費:200円(手本代等)

定 員:15名(先着順)

3年生以上が対象です。

※詳細は小学校で配布するチラシをご覧ください。



社会福祉協議会地域福祉部 芋ほり 10月19日(日)



掘った芋は、公民館祭でおいしい焼き芋になりました。

公民館祭 11月2日(日)



笑顔溢れる1日となりました。お越しいただいた皆さま、役員の皆さま、大変お世話になりました。



近隣住民が協力、防災意識高める

福生東公園で、11区、13区、8区、合同の防災訓練

10月5日(日)秋の一斉清掃の後、約50人の住民の皆さんが消化器の使い方、バケツリレーなど初期消火の訓練に取り組みました。元々は10年前に11区が単独で始められた訓練ですが、回を重ねるごとに近隣地区にも広がり、現在では住民同士が地域コミュニティーを深めながら防災意識を高めておられます。

※年末には特別警戒で11区内の企業、商店を米子警察と同行巡回予定。



「+1」「010」など、国際電話番号による詐欺電話が急増中!

サギ電話対策してますか?

詐欺かも...
と思ったら

米子警察署に詳しい
チラシがあります!

緊急の電話は110番

1月

1月の行事予定

5日(月)仕事始め
7日(水)新年の集い

良いお年をお迎え下さい!