

令和8年 2月

福生東公民館だより

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

学習講座「みそづくり教室」

日時:2月19日(木)13:30~15:30頃(2時間程度)

場所:福生東公民館

講師:田村 範夫 氏(田村商店)

費用:1口(3kg程度)3,000円(税込)

※会場での作成は1人1口のみです。事前申し込みで材料の追加申し込みも可能です。

申込み:2月9日(月)までに参加費を添えて公民館にお申込みください。

電話での申し込み・当日のキャンセルの返金はできません。

定員:12名

持ち物:マスク、エプロン、三角巾、手ふきタオル

※1人分の材料がそれぞれビニールに入った状態で配布されます。参加者が各々1人で、機械などを
使わず作業を行います。

※各作業はビニール袋越しに行うため、基本材料に直接触れることはありません。

※昨年受講をしている等で作業の講習を必要としない方へは材料セットのみ準備も可能ですが、必ず
事前申し込みが必要です。何口でも可能ですが、大豆は煮てありますので保存ができません。

材料のみ申し込まれた方も必ず当日(2月19日)にお持ち帰りください。

【お願い】

※マスクの着用を必ずお願いいたします。

※当日、体調不良(発熱、腹痛、のどの痛み、せき等)の方は参加をご遠慮くださいますようお願い
いたします。



健康講座のご案内

「音読教室7~声を出して心イキイキ~」

認知症予防として注目されている音読。詩や文章を声に出して読むと、
心も体も元気になります。

日時:2月17日(火)10:00~11:30

会場:福生東公民館 2階 集会室

講師:鳥取短期大学特任教授 倉光 信一郎 氏

共催:福生東地区社会福祉協議会

福生東地区保健推進員会

申込み:福生東公民館(TEL34-3150)

定員:20名(先着順となります)



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。

血圧測定、握力測定、赤ちゃんの体重測定のほか、
介護の相談など高齢者のなんでも相談もお待ち
しております。ご自身のこと、ご家族のこと、気軽に
ご相談ください。

日時:2月26日(木)

9:30~11:30

(お子さんは10:30~)

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



学習講座「スポーツ吹矢をやってみよう ~腹式呼吸で健康、ストレス解消~」

日時 2月26日(木)13:30~15:00

場所 福生東公民館

講師 鳥取県スポーツウェルネス吹矢協会 安田 智 氏

持ち物 タオル、飲み物、運動しやすい服装、上靴

参加費 100円(マウスピース代)

申込み 2月19日(木)までに福生東公民館(34-3150)までお申し込みください。

定員になり次第締め切ります。 ※定員 20名



食生活改善推進員さんを募集しています！

食を通した健康作りの推進・向上を目指して活動いただける
「食生活改善推進員会」の新メンバーを募集しています。

詳しくは公民館までお尋ねください。



地区社会福祉協議会主催

第4回地区社会福祉協議会 映画鑑賞会

『羅生門』

【日時】2月16日(月) 10:00~11:30

【会場】福生東公民館 2階集会室

【参加費】無料

【申込み】不要



職員不在のお知らせ

2月18日(水)12:00~

鳥取県公民館連合会研究集会出席
のため、職員は不在となります。
公民館を利用される方は、事前に
手続きをお願いします。



2月の行事予定

1	日	
2	月	街角防犯パトロール14:30
3	火	自治会長会19:30
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	
8	日	
9	月	脳活性講座10:30
10	火	
11	水	【建国記念の日】
12	木	健康ウォーキング9:30
13	金	
14	土	
15	日	
16	月	地域福祉映画鑑賞会「羅生門」10:00 下校時防犯パトロール14:30
17	火	健康講座「音読教室」10:00
18	水	鳥取県公民館連合会研究集会12:00閉館
19	木	学習講座「みそづくり教室」13:30
20	金	
21	土	
22	日	
23	月	【天皇誕生日】
24	火	
25	水	
26	木	なんでも健康相談9:30 学習講座「スポーツ吹矢をやってみよう」13:30
27	金	
28	土	



3月 行事予定

3月2日(月) 自治会長会

週末子ども支援事業2月の日程

- とんぼクラブ
2月14日(土) 9:30~11:30
内容:ゆびあみストラップ・バルーンアート
費用:1人100円(当日受付まで)
※当日の作品を入れて帰る いれものをもってきてください。
※お茶等飲み物は各自で用意してください

- 茶道教室
2月14日(土) 14:00~16:00
2月28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
【日時】2月 3日(火) 10:00~11:30
【会場】福生東公民館
- 自主活動(交流会)
【日時】2月17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)

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。

5区 竹本 俊雄 様 金一封
6区 徳永美代子 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。

保健推進員会 健康ウォーキング

2月12日(木)9:30
公民館出発

寒さ対策をお願いいたします。



自転車防犯パトロール隊

街角防犯パトロール

2月 2日(月)14:30~

下校時防犯パトロール

2月16日(月)14:30~

※14:30に小学校集合です。

公民館を利用される皆さまへ

気持ちよく利用していただくために、次のことにご協力をお願いします。

- 公民館使用申請書を事前に提出いただき、使用許可を受けてください。
予約は電話でも受け付けますが、あくまで仮予約となります。お早めに申請書の提出をお願いします。
- 使用時間は、午前9時から午後10時までです。
- 使用を変更・中止する場合は、速やかに連絡してください。
- 夜間・休日に使用する場合は、鍵を事前に借りてください。
使用後は、速やかに鍵を返却ください。
- 使用後は、机・イス・備品等を元の位置に戻し、清掃と点検をしてください。
・清掃:机を拭く、掃除機をかける、床を掃く
・点検:照明、エアコン、窓の鍵、ガス等の確認
- ごみはお持ち帰りください。
- 使用後は、入口に置いてある公民館使用簿に記入してください。
- 公民館敷地内は禁酒・禁煙です。
- 公民館に、私物を置かないでください。
- 物品の破損、不具合が生じた場合は必ずお知らせください。



福生中の生徒さんから お花をいただきました



昨年に引き続き、ありがとうございました。寒い中でもきれいに咲いて、公民館の玄関を明るくしてくれています。公民館にお越しの際には、ぜひご覧ください。

1月7日(水) 書初め教室



3名の先生にご指導いただきながら、熱心に書道に取り組みました。力強い作品が出来上がりました。