

令和7年4月号

福生西公民館ニュース

住所 〒683-0004 米子市上福原5丁目9-30
電話 (0859) 23-1397
FAX (0859) 23-1794
E-mail : fukuikew@chukai.ne.jp



4月の行事予定

1	火	にしっこクラブ
2	水	
3	木	
4	金	
5	土	
6	日	春の一斉清掃
7	月	
8	火	にしっこクラブ なんでも健康相談
9	水	
10	木	福生西小学校・福生中学校入学式
11	金	
12	土	
13	日	
14	月	
15	火	にしっこクラブ
16	水	
17	木	在宅福祉員総会 民生児童委員協議会定例会
18	金	リモート運動体験 中央地区公民館連絡協議会総会
19	土	
20	日	
21	月	公民館運営委員会総会
22	火	
23	水	ふれあい学級【家庭教育講座】
24	木	自治連合会総会
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	昭和の日
30	水	

令和7年度の主な行事予定

(ただし、予定は変更になる場合があります)

- ・グラウンド・ゴルフ大会 5月25日(日)
- ・ソフトバレーボール大会 6月22日(日)
- ・ふれあい夏まつり 7月27日(日)
- ・校区民大運動会 9月28日(日)
(午前中開催予定)
- ・ふれあい合同サロン 10月10日(金)
- ・ボッチャ大会 10月19日(日)
- ・公民館祭 11月2日(日)

《文化教養部からのお知らせ》

ふれあい学級が開講します

どなたでも参加できます。
みなさんの参加をお待ちしております。
詳細は各戸配布のチラシをご覧ください。

〈第1回ふれあい学級〉【開講式・家庭教育講座】

「ふるさと言葉は宝物」

日 時：4月23日(水) 13:30~15:00
場 所：福生西公民館 2階 集会室
講 師：フリーアナウンサー

中岡 みずえ 氏



〈第2回ふれあい学級〉【歴史講座】

「幻の『夜見ヶ浜人』を追跡して」

日 時：5月23日(金) 13:30~15:00
場 所：福生西公民館 2階 集会室
講 師：伯耆文化研究会

会長 根平 雄一郎 氏



《女性部から学習講座のお知らせ》

「疲れが吹っ飛ぶ！全身ストレッチ」

日 時：5月27日(火) 9:30~12:00
場 所：福生西公民館
講 師：フィットネストレーナー
山川 悠子 氏



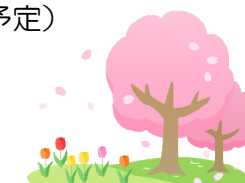
《公民館よりお知らせ》

4月18日(金)は
中央地区公民館連絡協議会総会のため、
事務室を午後3時に閉めます。
公民館ご利用の方は事前に鍵を
借りにお越しください。



5月の予定

23日(金) ふれあい学級【歴史講座】
25日(日) グラウンド・ゴルフ大会(予定)
27日(月) 学習講座【健康講座】



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！

気軽にお越しください。



日時：**4月8日（火）**
午前10時から11時30分

場所：福生西公民館 2階

連絡先：米子市健康対策課 23-5454



《犬の登録・狂犬病予防注射》

狂犬病予防法により、生後91日以上の子犬を飼っているかたには、次のことが義務付けられています。

- 飼い犬の登録をすること
- 飼い犬に年1回の狂犬病予防注射を受けさせること
- 犬の鑑札と注射済票を飼い犬に装着すること



～近隣会場のご案内～

日時：**4月7日（月）9:30～10:00**

場所：福生体育館

持ち物：【登録済の犬の場合】

1. 案内文書(狂犬病予防注射済票交付申請書)
2. 犬の登録証（手帳）
3. 料金・手数料

- 予防注射料：2,750円
- 注射済票交付手数料：550円
- 【新たに犬の登録をされる場合】

1. 料金・手数料

- 予防注射料金：2,750円
- 注射済票交付手数料：550円
- 登録手数料：3,000円

2. 「犬の表示シール」：1枚80円

（動物病院と集合注射の会場で
取り扱っています。）



気軽に
ご参加ください

令和7年度



福生西公民館で フレイル予防！

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。

年間スケジュール

～ 詳細は、公民館だより等でお知らせします ～

実施日	時間	内容
4月18日（金）	午前10:30～12:00	リモート運動体験
5月16日（金）	午前10:30～12:00	リモート運動体験
6月20日（金）	午前10:30～12:00	リモート運動体験
7月18日（金）	午前10:30～12:00	リモート運動体験
7月31日（木）	午後1:30～3:00	骨量測定会【要予約】
8月22日（金）	午前10:30～12:00	リモート運動体験
9月19日（金）	午前10:30～12:00	運動講座 （リモート運動なし）
10月24日（金）	午前10:30～12:00	脳活性講座 （リモート運動なし）
11月14日（金）	午前10:30～12:00	リモート運動体験
12月19日（金）	午前10:30～12:00	栄養講座+リモート運動
1月16日（金）	午前10:30～12:00	リモート運動体験
2月20日（金）	午前10:30～12:00	口腔講座+リモート運動
3月13日（金）	午前10:30～12:00	リモート運動体験

場所：福生西公民館 2階集会室

※ リモート運動体験とそれ以外の教室については時間が異なる
会があります。開始時間にご注意ください。

お問い合わせは…

米子市 フレイル対策推進課・健康対策課
電話：0859-23-5458 FAX：0859-23-5460

【リモート運動体験】

運動習慣のきっかけづくりを目的としています。
フレイル対策拠点と公民館をつないで中継放送します。
教室途中の入退場は自由です。

※対象者：概ね60歳以上の方

（医師から運動制限を受けていない方）

動きやすい服装でお越しください。

上靴・水分補給できるものも忘れずに。

- 日時 4月18日（金）
10時30分～
- 会場 福生西公民館
- 参加費 無料
- お問合せ 米子市フレイル
対策推進課
23-5458



集まれ！にっこクラブ

就園までの子育て中のお母さんと、子どもさんが
気楽にすごせる公民館の和室で、好みのおもちゃや
遊具で遊び、母子で体を動かしてみませんか。

どなたでもお気軽におでかけください。

とき：第1,2,3火曜日 10:30～11:30

ところ：福生西公民館

4月の予定

1日・8日・15日



《公民館職員 退職・異動のお知らせ》

【退職】主任主事 田邊 節子

主事 笹鹿 祐子

大変お世話になりました。

【着任】主任主事 加藤 道子（就 将公民館より）

主事 岡本 智美（福米東公民館より）

よろしくお願いします。

