

令和8年5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

《文化教養部からのお知らせ》

《第2回 ふれあい学級》 歴史講座

「小泉八雲とセツ ～家族の物語～」

日時：5月22日（金）13:30～15:00
場所：福生西公民館
講師：小泉八雲記念館
学芸員
田根 裕美子 氏



《体育部からのお知らせ》

グラウンド・ゴルフ大会

日時：5月24日（日）午前9時開会
(雨天の場合は中止します)

場所：福生西小学校グラウンド

*参加される方は、
各区の体育部員さんまで
おしらせください。

問合せ：福生西公民館 ☎23-1397
平日 8:30～17:00



《第3回 ふれあい学級》 健康講座

「糖尿病について」

日時：6月12日（金）13:30～15:00
場所：福生西公民館
講師：鳥取大学医学部付属病院
内分泌代謝内科
科長
大倉 毅 氏



《学習講座》

健康講座

「エアロストレッチ教室」

日時：5月27日（水）13:30～15:00
場所：福生西公民館
講師：エアロビクスインストラクター
坂金 真妃 氏

持ち物：飲み物・ヨガマット（お持ちであれば）
※動きやすい服装でお越しください

開催の時間が変更
になりました！！



職員不在のお知らせ



5月15日（金）は米子市公民館連合会総会のため、職員は正午（12:00）より不在となります。

公民館は利用できますので、ご利用のかたは、事前に鍵の借用をお願いします。

館外学習

「けんべい神楽と散策」

日時：7月1日（水）9:00～15:00
行き先：鳥取県立米子養護学校（神楽鑑賞）
ラピスパ（淀江）昼食
白鳳の丘展示館

受付：6月1日（月）より
参加費：1,600円（申込時に集金）
定員：20名（定員になり次第締め切り）



6月の予定

12日（金）ふれあい学級（健康運動）
21日（日）ソフトバレーボール大会



5月の行事予定

| | | |
|----|---|-------------------------|
| 1 | 金 | |
| 2 | 土 | |
| 3 | 日 | ◆ 憲法記念日 |
| 4 | 月 | ◆ みどりの日 |
| 5 | 火 | ◆ こどもの日 |
| 6 | 水 | 振替休日 |
| 7 | 木 | |
| 8 | 金 | |
| 9 | 土 | |
| 10 | 日 | |
| 11 | 月 | |
| 12 | 火 | にしっこクラブ |
| 13 | 水 | |
| 14 | 木 | |
| 15 | 金 | 米子市公民館連合会総会 |
| 16 | 土 | |
| 17 | 日 | |
| 18 | 月 | |
| 19 | 火 | にしっこクラブ・なんでも健康相談 |
| 20 | 水 | |
| 21 | 木 | 在宅福祉員見守り連絡会・民生児童委員協議会定例 |
| 22 | 金 | ふれあい学級【歴史講座】 |
| 23 | 土 | |
| 24 | 日 | グラウンドゴルフ大会 |
| 25 | 月 | |
| 26 | 火 | |
| 27 | 水 | 学習講座【健康講座】 |
| 28 | 木 | |
| 29 | 金 | リモート運動体験 |
| 30 | 土 | |
| 31 | 日 | |

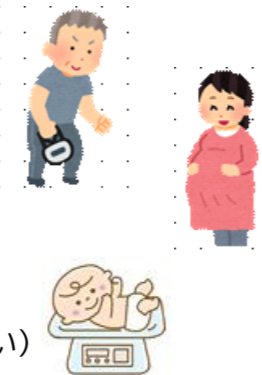
保健師の出張！なんでも健康相談

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・・・

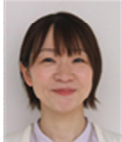
- ・子どものからだや育児の相談がしたい
- ・妊娠中の過ごし方で聞きたいことがある
- ・体重が増えて(減って)気になる
- ・気分が沈んで元気がでない
- ・最近血圧が高くて気になる
- ・健診の結果の見方がよくわからない
(※健診結果等がありましたらお持ちください)
- ・家でできる運動を知りたい … などなど



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 5月19日(火) 午前10時から11時30分

■場所 福生西公民館 2階図書室



問合せ：米子市健康対策課 23-5454
福生西地区担当保健師 宮永



集まれ！にしっこクラブ

就園前のお子さんと保護者の方が、リラックスしてすごせる公民館の和室で、お気に入りのおもちゃや遊具を使って親子で体を動かしてみませんか？
どなたでも、どうぞお気軽にお越し下さい♪

とき：第1、2、3 火曜日
10:00～11:30

ところ：福生西公民館 (☎23-1397)

にしっこクラブ5月の予定

12日・19日



気軽に
ご参加ください

福生西公民館で



フレイル予防！

米子市では、お住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。

【リモート運動体験】

～映像を見ながら一緒に運動しませんか～
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：5月29日(金)
午前10:30～12:00

場所：福生西公民館 2階集会所

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

《こども専門空手教室》

子ども達の明日に繋がる空手教室をめざして「もっとやりたい」「楽しい」と思える練習をしています。
体を動かすのが大好きな子もちょっと苦手な子でも大丈夫！
空手を通して心も体もグングン成長しよう！
4月26日、産業体育館で体験会を実施します！
たくさんのご参加楽しみにしております。

日時：第3水曜日
①17:15～18:15
②18:30～19:30

場所：福生西公民館 2階

対象：3歳以上

持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル

参加費：体験2回まで無料

空手道明日空(カラテドウ アスク)

松村 篤史

☎090-7122-4966

E-mail Tottori.asuku@gmail.com

1人ひとりが
主役の教室！



リチウムイオン充電電池類の収集を始めます！

6月から、これまでの乾電池・ボタン電池に加え、リチウムイオン充電電池類(リチウムイオン電池、ニカド電池、ニッケル水素電池)の収集を始めます。

▶収集日 6月・9月・12月・3月の第1土曜日

▶処分の仕方

- ①家電製品から電池を取り外す
 - ②絶縁処理(※)を行う
 - ③収集日の午前8時30分までに決められた場所に出す
- ※電池は、必ず全ての+極と-極にテープを貼り、絶縁してから袋に入れてください。テープはセロハンテープ、布製のガムテープ、ビニールテープのいずれかをご使用ください。

くわしくは、ごみ分別収集カレンダー29ページをご覧ください。

▶電池が破損・膨張している場合

クリーン推進課に持ち込んでください。

▶電池が家電製品から取り外せない場合

収集の対象外です。小型家電リサイクルとして回収場所に持ち込んでください。(ごみ分別収集カレンダー26ページ)



お問い合わせ クリーン推進課 (☎0859-30-0270)

〔青少年育成会より〕 島根原子力発電所見学会

4月6日(月)、春休みに島根原子力発電所の見学に行きました。
小学生22名、大人8名の参加がありました。
天候に恵まれ、良い見学ができました！



ご寄付のお礼(香典返し)

福生西地区社会福祉協議会にご寄付をいただきました。
地区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。

温泉2区 丸山 秀雄 様 (故 丸山 幸子 様)