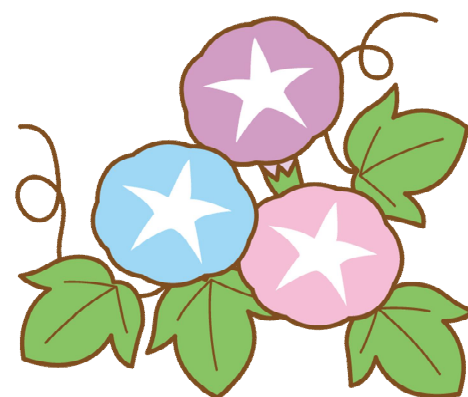


令和 8 年 8 月 号

# 福生西公民館ニュース

発行 福生西公民館 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5回ふれあい学級》 【介護予防講座】

### 「全身のフレイル予防」

～継続可能なかんたん・やさしい体操～

日 時：8月21日（金）

13：30～15：00

場 所：福生西公民館

講 師：健康運動指導士

山川 了史 氏



《第6回ふれあい学級》 【家庭教育講座】

### 「福生西小学校の今」（仮）

日 時：9月12日（土）

13：30～15：00

場 所：福生西公民館

講 師：福生西小学校 校長 玉木 敦子 氏



## 《女性部からのお知らせ》

《第3回学習講座》

### 「和楽器の音色を楽しもう」

日 時：9月10日（木）

13：30～15：00

場 所：福生西公民館

講 師：青抄会のみなさん



## 集まれ！にしっこクラブ

0歳から就園までのお子さんと子育て中の保護者さんが、おもちゃで遊んだり、子育ての相談をしたりする子育てサークルです。どなたでもお気軽におでかけください♪

活動日：第1,2,3火曜日 10:00～11:30

（祝日の場合はお休みです）

場 所：福生西公民館（☎23-1397）

参加費：無料

## 8月の予定

4日 救命救急講習

18日 CHUCHU の先生と歌や工作



## 《福生西地区青少年育成会からのお知らせ》

### 「夏休み防犯パトロール」のご案内

福生西公民館に集合し、自転車でパトロールします。  
地域の子どもの健全育成にご協力をお願いします。  
青少年育成会員は、パトロールに参加をお願いします。  
（小雨決行）

実施日：8月 1日（土）19:00～

8月22日（土）18:00～



※雨天時で実施不明の場合は会長の能勢まで  
連絡下さい。（TEL 22-4674）

## 8月の行事予定

|    |   |                          |
|----|---|--------------------------|
| 1  | 土 | 青少年育成会「夏休み防犯パトロール」       |
| 2  | 日 |                          |
| 3  | 月 |                          |
| 4  | 火 | にしっこクラブ                  |
| 5  | 水 |                          |
| 6  | 木 |                          |
| 7  | 金 |                          |
| 8  | 土 |                          |
| 9  | 日 |                          |
| 10 | 月 |                          |
| 11 | 火 | 山の日                      |
| 12 | 水 |                          |
| 13 | 木 |                          |
| 14 | 金 |                          |
| 15 | 土 |                          |
| 16 | 日 |                          |
| 17 | 月 |                          |
| 18 | 火 | にしっこクラブ                  |
| 19 | 水 |                          |
| 20 | 木 | 在宅福祉員見守り連絡会・民政児童委員協議会定例会 |
| 21 | 金 | ふれあい学級【介護予防講座】           |
| 22 | 土 | 青少年育成会「夏休み防犯パトロール」       |
| 23 | 日 |                          |
| 24 | 月 |                          |
| 25 | 火 | 出張！なんでも健康相談              |
| 26 | 水 |                          |
| 27 | 木 |                          |
| 28 | 金 | リモート運動体験                 |
| 29 | 土 |                          |
| 30 | 日 |                          |
| 31 | 月 |                          |

## 9月の予定

27日（日）校区民運動会

米子市では、令和9年米子市二十歳を祝う会を令和9年1月3日（日）に米子コンベンションセンターで開催するにあたり、二十歳を祝う会記念感想文を募集しています。



二十歳を祝う会記念感想文の募集について

タイトルは問いません。自由です。  
「将来の夢や未来への希望」、「家族や友達とのかかわり」、「米子市民としての自覚」などあなたの言葉で伝えてください。  
ご応募いただいた方には参加賞（図書カード）を、入賞の方には賞品をご用意しております。

○応募資格  
令和9年米子市二十歳を祝う会対象者  
（平成18年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた方）

○字数  
400字詰め原稿用紙3枚程度まで

○応募締切  
令和8年10月30日（金）必着

【米子市HP】



○応募方法  
住所、氏名（ふりがな）、生年月日、電話番号を明記の上、郵送、FAX、Eメールでご応募ください。

お申込み・お問い合わせ先  
〒683-8686 米子市加茂町一丁目1番地 米子市役所本庁4階  
米子市教育委員会事務局生涯学習課 TEL（0859）23-5442  
FAX（0859）23-5568 E-mail shogaku@city.yonago.lg.jp

米子市フレイル対策拠点事業

踏んで、作って、体験しよう！手打ちネバトロうどん  
（2025 フレ飯レシピコンテストプロジェクト賞受賞）

みんなでワイワイ、粉から手作りうどん教室を開催します。  
足踏みをしてコシを出す、本格的なうどん作りに挑戦してみませんか？  
自分で打った打ちたてのうどんは格別です。  
ぜひ一緒に楽しいひとときを過ごしましょう！

日時：令和8年9月15日（火）9:30～12:30  
会場：福生西公民館  
対象：おおむね60歳以上の方（介護保険を利用していない方）  
定員：20名（要・事前予約）定員になり次第締め切り  
参加費：無料  
持ち物：エプロン・三角巾・くつ下  
※参加特典、よなご健康ポイント（100pt）がつきます  
【申込・問い合わせ】福生西公民館 ☎0859-23-1397

七夕祭り及び精霊送りに伴うささ竹、  
供え物の持ち込みについて（お願い）

例年のとおり、8月7日に七夕祭り、8月15日及び16日に精霊送りが行われます。これらに伴うささ竹、供え物の持ち込み等について、下記のとおりとします。

- 供え物は紙袋や紙箱に入れないで、透明又は半透明の袋に入れてください。持ち込み場所以外のごみ置場では収集できませんのでご注意ください。
- 不燃物や資源物（缶・ビンなど）・通常の家庭ごみが混ざったものや塔婆・仏具、提灯等は持ち込めません。
- 持ち込み日が、可燃物収集日で持ち込み場所が重なる場合はごみ置場で「ささ竹や供え物」と「可燃ごみ」が混ざらないように分けて置いてください。  
（可燃ごみと、ささ竹や供え物は別々の収集車で収集します。）

記

|      | 持ち出し日    | 持ち出し時間   | 持ち出し場所           |
|------|----------|----------|------------------|
| 七夕祭り | 8月8日（土）  | 午前8：30まで | 海浜公園<br>福生西公民館前  |
| 精霊送り | 8月16日（日） | 午前8：30まで | 海浜公園<br>旧堀安グラウンド |

事務担当：クリーン推進課 廃棄物対策担当  
岡田（☎23-5300）

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

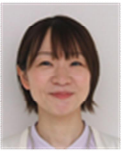


- 例えば…
- ・子どものからだや育児の相談がしたい
  - ・妊娠中の過ごし方で聞きたいことがある
  - ・体重が増えて（減って）気になる
  - ・気分が沈んで元気がでない
  - ・最近血圧が高くて気になる
  - ・健診の結果の見方がよくわからない  
（※健診結果等がありましたらお持ちください）
  - ・家でできる運動を知りたい …などなど



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 8月25日（火）午後2時30分から4時
- 場所 福生西公民館 2階図書室

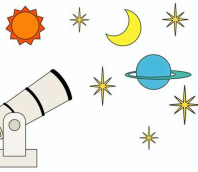


問合せ：米子市健康対策課 23-5454  
福生西地区担当保健師 宮永



《福生西地区青少年育成会からのお知らせ》

【出張天体観測会】



日時：8月24日（月）  
20:00～21:00頃  
場所：福生西小学校グラウンド（19:45 集合）  
対象：小学1年～6年生  
（3年生以下は保護者同伴）  
定員：35名（保護者を含む）  
申込み：8月14日（金）までに申込書を公民館へ  
※定員になり次第しめきります。  
天候により星が見えないときは公民館で座学を行います。

福生西小学校のみなさんへ

夏休みの宿題を公民館でやろう DAY2026

8月24日（月）から8月26日（水）のお知らせ♪

25日火曜日は  
米子工業高等専門学校の先生に来ていただき  
『光の実験』と『液体窒素の実験』をします！  
光の実験は、レーザーポインター、  
ペンライトを使いいろいろな物に光を当てて  
その現象を体験し、考える実験です。  
液体窒素の実験はマイナス196度の液体に、  
色々の物（野菜、花、ボール、バナナ等）を  
入れどうなるか観察し考える実験です。  
たくさんのご参加、待ってます♪



【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～  
運動習慣のキッカケづくりに！「ふらっと、運動体験！！」  
を公民館で同時配信。画面を見て体操します。  
予約不要、参加希望の方は当日会場にお越しください。  
日時 8月28日（金）  
10時30分～  
会場 福生西公民館  
持ち物 上履き、水分補給用の飲み物、  
汗拭きタオル  
参加費 無料



※お問合せは米子市フレイル対策推進課 23-5458  
※中継放送のため、運動指導者は公民館には来ません。