# 令和8年11月号 福米西公民館だより 第338号



【福米西公民館】米子市西福原8-17-15
電話☎32-9895　fax🖷32-9896
E-mail✉ yonew@chukai.ne.jp

やむを得ず行事予定が変更となる場合があります。
毎月発行される公民館だよりやHPなどでご確認くださいますようお願いします。

福米西公民館
HP･QRコード

| 日にち | 11月の予定 | 時間 | 場所 |
|---|---|---|---|
| 6(金)･20(金) | 移動図書館つつじ号 | 15:25～15:50 | 公民館前庭 |
| 2(月) | 公民館祭振替休館日 ※公民館をご利用の方は、事前にカギを借りにお越しください。 | | |
| 6(金) | いきいきサロンあじさいの会 受付 13:00～<br>「特殊詐欺の現状と対策」 講師 米子警察署 生活安全課 | 13:30～15:00 | 公民館 |
| 10(火) | 保健師の出張！なんでも健康相談 米子市健康対策課 | 9:30～11:30 | 公民館 |
| 11(水) | 見守り援助活動（対象:在宅高齢者） | | 福米西地区内 |
| 16(月) | ふれあい公民館大学【第7回環境講座】<br>「わたり鳥とプラスティックごみ～水鳥を通して地球環境を考えよう」 | 13:30～15:00 | 公民館 |
| 17(火) | 昼前レコード鑑賞会 | 11:00～12:00 | 公民館 |
| 20(金) | フレイル予防：運動講座 米子市フレイル対策課･健康対策課 | 10:30～12:00 | 公民館 |
| 27(金) | 中央地区公民館連絡協議会研修会 ※午後から公民館をご利用の方は、事前にカギを借りにお越しください。 | | |
| 29(日) | 西っ子フェスティバル | 10:00～13:00 | 福米西小体育館 |
| | 小地域懇談会 上谷地区（上谷１区･３区） | 13:30～15:00 | 公民館 |

【公民館からのお知らせ】 11月 2日(月)は、公民館祭振替休館日のため、
11月27日(金)正午から中央地区公民館連絡協議会研修会参加のため、
職員不在となります。公民館をご利用になられる方は、事前にカギを借りにお越しください。

## いきいきサロンあじさいの会
## 「特殊詐欺の現状と対策」

とき：11月6日(金曜日) 受付13:00～
13:30～15:00
講 師：米子警察署 生活安全課 阿部 淳子 氏
ところ：福米西公民館

福米西ふれあい公民館大学【第7回 環境講座】

## わたり鳥とプラスティックごみ
## ～水鳥を通して地球環境を考えよう～

とき：11月16日(月曜日)
13:30～15:00
講 師：公益財団法人 中海水鳥国際交流基金財団 常務理事
兼米子水鳥公園ネイチャーセンター
館長 神谷 要 氏
ところ：福米西公民館

## ライブで運動体験！
## フレイルをスマイルに☆

とみます医科歯科クリニック 石笠拓郎さんを講師に招き、ノルディックポールを使った運動や歩行を行います！みんなでフレイルをスマイルに！

とき：11月20日(金曜日)
10:30～12:00
講師：とみます医科歯科クリニック
石笠 拓郎 氏
ところ：福米西公民館
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
ポールの貸出も行います
問合せ：米子市フレイル対策推進課
電話 23－5458






## 環境整備活動(10/14)



環境部・環境を良くする会・老人会の皆さまのご協力のもと、環境整備活動を実施しました。

公民館敷地内の除草・庭木の剪定や花の植栽も行い、来る 10/24(土)きれいな環境で福米西公民館祭を迎えられました。ありがとうございました。

## 米子市公民館 ふれあい発表会

福米西公民館からは「大正琴こぶしの会」の皆さまが出演されます。

と き：令和８年 12 月 19 日(土)
ところ：米子市文化ホール

- 作品展示の部(イベントホール)
  10:00～16:30
- 舞台発表の部(メインホール)
  13:00～16:00(開場12:30)



※詳しくはチラシをご覧下さい

## 保健師の 出張！なんでも健康相談

保健師の安酸(やすかた)です。生活習慣、健康のこと、日ごろの心配事など、どなたでもどうぞ。

血圧・体脂肪測定・握力測定をします。赤ちゃんの体重測定もしています。

**※今月は、「えしこに」の相談員も出張相談します。**

と き：令和8年11月10日(火)
9:30～11:30
（お好きな時間にお越しください）

ところ：福米西公民館

＜お問い合わせ＞米子市健康対策課　23-5454

## 西っ子フェスティバル

とき：11 月 29 日(日曜日)
10:00～13:00

※詳細については、福米西小学校を通じてチラシを配布します。

## しめ縄づくり

とき：12 月 12 日(土曜日)
9:30～11:30

※詳細については、福米西小学校を通じてチラシを配布します。

主催：福米西地区人権・同和教育推進協議会

## 【小地域懇談会の開催（お知らせ）】

対象地区：上谷地区
（上谷１区・3 区）




とき：11 月 29 日(日曜日)
13:30～15:00
ところ：福米西公民館 2F 集会室
内容：DVD 視聴・意見交換等

【DVD】「能登半島地震から学ぶ今後の地震対策
～南海トラフ巨大地震・首都直下地震からも生き延びるために～」

福米西ふれあい公民館大学【第8回 音楽講座・閉講式】

## マンドリンの音色に乗せて。歌おう、あの思い出の曲

とき：12 月 10 日(木曜日)
13:30～14:30



講師：マンドリンアンサンブル
パストラーレ
西尾　澄子　氏、他

ところ：福米西公民館

※音楽講座修了後 14:30～
皆勤・精勤の表賞・閉講式を行います。

## 【お忘れ物はありませんか？】

もうすぐ年末。皆さまには平素より公民館活動にご協力をいただきありがとうございます。

**公民館では12月14日(月曜日)に大掃除を予定**しておりますが、これに伴い**お忘れ物の処分**をいたします。帽子・水筒・手ぬぐい・傘たちが、持ち主様をお待ちしております。



お心当たりのある方は…
11 月 30 日(月)までに、福米西公民館へご来館ください。