

令和8年
2月



大篠津

.. 公民館だより ..

大篠津公民館

窓口が開いている時間：平日 8:30~17:00

〒683-0101 米子市大篠津町 1619-1

TEL 28-8001 FAX28-8055

E-mail ohsinozu@chukai.ne.jp



2月のおもな行事		
2	月	学習講座「味噌づくり教室」9:30~11:30
5	木	保健師の 出張! なんでも健康相談 9:30~11:30
		弓浜包括の出張! なんでも介護相談 9:30~11:30
		移動図書館 つつじ号 14:00~14:30
8	日	衆議院議員総選挙投票日 7:00~20:00 (投票所: 老人福祉センター R431号線沿いです)
9	月	いきいきサロン 13:30~
12	木	モーニング・タイム・コンサート 10:00~
13	金	合同子育てサークル(子育てサークルはとぼっぼ) 10:30~ 場所: 和田公民館(米子市和田町 1829-1) *初めての方大歓迎です!
		体育部会 19:00~
17	火	浄化槽支援策にかかる住民説明会 (米子市上下水道局) 19:00~20:00
18	水	在宅見守り活動 10:00~
		鳥取県公民館連合会研究集会
19	木	映画鑑賞会 10:00~
		リモート運動体験 14:00~
		移動図書館 つつじ号 14:00~14:30
24	火	自治会長会 19:00~
25	水	おいしく食べて健康づくり教室 10:00~13:00
26	木	美保中学校区 社会・学校人権教育関係者連絡協議会 13:30~15:00

職員不在のお知らせ

◆2月18日(水)の午後は、鳥取県公民館連合会研究集会のため事務室を閉めます。公民館および児童体育館を使用される方は、事前に鍵を借りてください。

来月3月7日(土)は、有害ごみの収集日です。
乾電池・蛍光灯は公民館では回収していません。
自治会の指定場所に出してください。



ちょっとお話しませんか?

保健師の **出張! なんでも健康相談**
弓浜包括の **出張! なんでも介護相談**

大篠津公民館で毎月5日(土日・祝日の場合は近い日)
9:30~11:30に健康と介護の2つの相談室が開催されています。
日頃、気になっていることをお話ししてみませんか?
気軽な感じで、どうぞお立ち寄りください。

【健康相談】例えば…「血压、体脂肪率、握力を測ってほしい」
「検診結果の見方がわからない」
「不安な気持ちを聞いてほしい」など、
ご自身のこと、ご家族のことなど、ご予約は不要です。
米子市健康対策課(担当: 吉川) ☎23-5454

【介護相談】例えば…「介護保険の申請をしたい」
「通所に出かけて身体を動かしたい」
「ご近所のひとり暮らしの高齢者が心配」など、
ご自身のこと、ご家族のことなど、ご予約は不要です。
弓浜地域包括支援センター ☎48-2330



いきいきサロン 『音楽で脳トレ』

電子ピアノの美しい音色に合わせて体を動かしましょう!
動きやすい服装でお越しください

日時: 2月9日(月) 13:30~14:50
場所: 大篠津公民館1階和室
参加費: 200円

*どなたでも
ご参加いただけます。



おいしく食べて健康づくり教室 ~調理実習と健康づくりのお話~

「はじめよう適塩生活」 「血压管理のポイント」

適塩とは、自分の体に適した量の塩をとることです。
毎日の生活に無理なく取り入れられる健康づくりのヒントを
楽しく学んでみませんか。

日時: 2月25日(水) 10:00~13:00

場所: 大篠津公民館

内容: 調理実習と健康づくりのお話

講師: 米子市健康対策課 管理栄養士・保健師

材料費: 400円

持ち物: エプロン・三角巾

申込み: 2月17日(火)までに公民館へ(☎28-8001)



献立

- ごはん
- ささみのホイル焼き粒マスタード風味
- ちやしとかいわれの海苔ナムル
- 小松菜とごぼうのごま風味みそ汁
- バナナミルクゼリー



大篠津地区食生活改善推進員会
大篠津地区保健推進員会
米子市健康対策課



食生活改善推進員になりませんか

食を通じた健康づくりのボランティアとして、地域で活動する
食生活改善推進員の養成講座を開講します。
まずは、食に関するさまざまな知識を楽しく学んでみませんか。

対象: 講座終了後に推進員として地域の健康づくりの活動
ができる方(年齢、性別は問いません)

場所: ふれあいの里

日時: 5/15(金)、6/16(火)、7/22(水)

9/4(金)、10/6(火)、11/13(金)

※9:40~13:30(5/15のみ9:30~12:00)

内容: ◆テーマにそった調理実習(減塩など)

◆講義(健康づくり、食育、生活習慣病予防など)

費用: 実習材料費(1回あたり400円程度)

持ち物: エプロン・三角巾・手拭きタオル・筆記用具

申込み: 3月24日(火)までに公民館へ(☎28-8001)

問合せ: 米子市健康対策課(☎23-5452)

養成講座
受講生募集



第17回

モーニング・タイム・コンサート

『伝説のコンサート キャンディーズ』

日時: 2月12日(木) 10:00~

場所: 大篠津公民館2階

※参加費・申込不要



1970年代に一世を風靡したアイドルグループ「キャンディーズ」の
なつかしいコンサート映像をお楽しみください。



第23回

映画鑑賞会

『お終活 熟春! 人生、百年時代の過ごし方』

日時: 2月19日(木) 10:00~

場所: 大篠津公民館2階

〈2021年5月21日公開〉
※参加費・申込不要

結婚50年を迎える夫婦。定年退職した夫が家に
ずっといることで、妻は夫在宅ストレス症に陥っていた!
熟年夫婦の騒動をコミカルに描くヒューマンコメディです。

<出演> 高畑淳子、橋爪功、水野勝、剛力彩芽 ほか