



9月の主な予定

1	月	
2	火	
3	水	
4	木	
5	金	
6	土	わくわくサークル
7	日	
8	月	
9	火	
10	水	
11	木	大高成人セミナー⑥、小地域懇談会
12	金	
13	土	
14	日	
15	月	敬老の日
16	火	こたかっこくらぶ
17	水	
18	木	
19	金	学習講座③
20	土	わくわくサークル
21	日	
22	月	なんでも健康相談
23	火	秋分の日
24	水	
25	木	
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	

↑
秋
の
交
通
安
全
週
間
↓

大高地区市民運動会

《日 時》 10月12日（日）9：00開会
《場 所》 伯仙小学校グラウンド
※雨天時は中止です。



大高公民館祭

《日 時》 10月26日（日）9：30開会
《場 所》 大高公民館



展示作品を募集します!!

個人、グループ、自治会の中のサークルなどなど
日頃の活動を皆さんにお知らせしませんか？
詳しくは10月号の里だよりと一緒に配布される案内
チラシをご覧ください。

多数の皆様の作品をお待ちしています。



子どもの遊び場! わくわくサークル

● 土曜日 9：30～12：00

6日 白玉団子をつくって食べよう

☆白玉団子は申し込みが必要です。



20日

スライム作り



大高成人セミナー

⑥教養講座

『特殊詐欺・交通安全について』

【日 時】 9月11日（木）
13:30～15:00

【場 所】 大高公民館 学習室（1）
【講 師】 米子警察署 大高駐在所
筒井 裕貴 氏

☆ どなたでも参加できます。

学習講座

③『レザーバッグチャーム作り』

【日 時】 9月19日（金）
9:30～12:00

【会 場】 大高公民館
【講 師】 宇治田 朋子さん
【材料費】 600円
【持ち物】 目打ち



★公民館に見本があります。
（ない方は公民館で準備いたします。）
【申込み】 公民館まで（Tel 27-1003）

子育てサークル こたかっこくらぶ

未就園児と保護者のサークルです。
どなたでもご参加いただけます！

16日（火）10:00～ 大高公民館

《保健師の出張！なんでも健康相談》

大高地区担当保健師の山本です。
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。
予約不要です。



【日 時】9月22日(月) 9:30~11:30
【場 所】大高公民館 図書室
【内 容】血圧測定、体脂肪測定、握力測定、赤ちゃんの体重測定、フレイルチェック
高齢者に関する相談(認知症や介護保険、買い物、手すり、杖など生活に関する困りごとについて)
【問合せ】米子市健康対策課 ☎23-5454

《リモート運動体験》

リハビリ専門職による運動教室「ふらっと運動体験」の様子を公民館で中継放送します。
映像を見ながら一緒に運動しませんか？
予約不要の教室です。



【日 時】9月22日(月) 10:30~12:00
【場 所】大高公民館 学習室(1)
【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
【問合せ】米子市フレイル対策課 ☎23-5458

親子読み聞かせ教室

【日 時】 9月13日(土)
13:30~
【場 所】 前田児童館 ☎ 27-2684

- ・保護者・こたか保育園の先生・児童館職員が絵本の読み聞かせをします。
- ・手遊びやペープサート・紙芝居・季節の絵本を楽しんだり、簡単な工作をしたり、内容はもりだくさんです。
- ・親子で楽しい時間を過ごしませんか？

大高納涼盆踊り開催のお礼

〈大高地区自治連合会〉

8月15日（金）、大高納涼盆踊りが開催されました。大勢の方にご参加いただき、今年も盛会のうちに終了することができました。
温かいご厚志、ご協力に感謝し、御礼申し上げます。



今月の投句
ーナー

青春は遠い昔の物語	斎藤 将
下駄箱のあて名ない文でもうれし	野口 世子
気づいても後のまつりで残念だ	仲原 誠子
ピンチ来た名前が出ない限界だ	山口 栄子
手ごたえは立会勝負相撲取り	花田 美和子
この残暑怪談話し効きめない	戸田 真理子
あきらめてけじめをつけた片思い	川本 美津子
笛吹いてみんな寄　たが蚊まで来た	原 亨
政治家はけじめベタです欲の皮	高田 振作
笨　てくდასაიუ—モア川柳	
誰に会う予定はないが化粧する	
三日たち忘れて　書けぬ日記帳	
夏はいや冬にな　たら冬はいや	
フレイル予防川柳をしましよ　う簡単簡単	
09077748096	
高田まで	

空き家・空き地バンク説明会のご希望は、
包括支援センターへどうぞ。
箕蚊屋地域包括支援センター
☎ 27-6500（米子市一部555（博愛苑内））

新刊図書のお知らせ

「人に聞かず解決！
70歳からのスマホの使いこなし術2」
スマホ活用アドバイザー 増田由紀 著

前作ではわかりにくかった使い方を詳しく説明した本作。「使いこなす」より、1つでも覚えてせっかく持っているスマホをどんどん便利で手放せなくなる入り口として是非一読ください。