



5月の主な予定

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	わくわくサークル
10	日	
11	月	
12	火	こたか保育園開放日
13	水	
14	木	成人セミナー②
15	金	米子市公民館連合会総会（12時以降職員不在）
16	土	わくわくサークル
17	日	大高地区ペタンク大会
18	月	
19	火	こたかっこクラブ
20	水	
21	木	学習講座① ウォーキング
22	金	
23	土	
24	日	
25	月	南部地区公民館連絡協議会総会（14時以降職員不在）
26	火	
27	水	
28	木	
29	金	
30	土	
31	日	

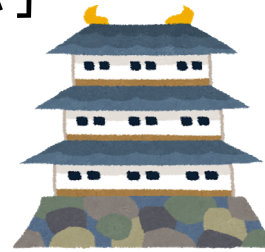
大高成人セミナー

②歴史講座

「史跡尾高城について」

【日 時】 5月14日（木）
13：30～15：00

【講 師】 山陰歴史館
館長 中原 斉 氏



公民館職員不在のお知らせ

5月15日(金)12:00～米子市公民館連合会総会のため、
公民館職員は不在となります。
部屋の利用はできますので、
事前に鍵を借りてください。

5月25日(月)14:00～南部地区公民館連絡協議会総会
のため、公民館職員は不在となり
ます。
部屋の利用はできますので、
事前に鍵を借りてください。

「薬の飲み忘れや管理が心配なときは、
箕蚊屋地域包括支援センターにご相談
ください。」

☎ 27-6500
(米子市一部555 (博愛苑内))

☆学 習 講 座☆

②豆腐作り



【日 時】 6月4日（木）9:00～12:00
6月5日（金） //

【会 場】 JA加工所
【講 師】 木下 寿美子 氏

【定 員】 各回5名
【材料費】 1個 50円

当日集金
【持ち物】 エプロン、三角巾、マスク

持ち帰り用容器
【申込み】 公民館まで（27-1003）

子どもの遊び場！ わくわくサークル

●土曜日 9：30～12：00

9日 母の日プレゼント作り

☆持ち物・・・作った物を持って帰る袋など

16日 アイスクリーム作り

☆アイス作りは申し込みが必要です。



☆今年度の主な地区行事予定

行事名	月 日	場所
福祉大会	6月25日(木)	ANAクラウンプラザ ホテル米子
納涼盆踊り	8月15日(土)	大高公民館スポーツ広場
公民館祭	10月25日(日)	大高公民館
演芸 カラオケ大会	11月8日(日)	伯仙小体育館

☆今年度の主な地区体育行事予定

行事名	月 日	場所
大高地区 ペタンク大会	5月17日(日)	大高公民館 スポーツ広場
市民運動会	10月11日(日)	伯仙小グラウンド (雨天時：中止)
グラウンドゴル フ大会	11月15日(日)	伯仙小グラウンド (雨天時：中止)

※予定は変更、中止になることがあります。
ご了承ください。

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～
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。(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 5月25日(月) 10:30～

会 場 大高公民館

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 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
公民館には来られません。



子育てサークル こたかっこクラブ

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！

5月12日(火)10:00～こたか保育園開放日

5月19日(火)10:00～ 大高公民館

新しいお友達集まれ！

親子読み聞かせ教室

[日 時] 5月9日(土) 10:00～

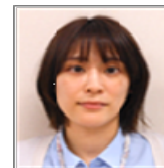
[場 所] 交流センターきずな

☎ **27-1038**

※細田 美緒乃さんによる読み聞かせです。
ぜひ、ご参加ください。

保健師の出張！なんでも健康相談& 箕蚊屋地域包括支援センター出張相談

初めまして。4月から大高地区の担当を
させていただきます、保健師の生垣と
申します。よろしくお願いいたします。



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 5月25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等

問合せ 米子市健康対策課 ☎23-5454

新館図書のお知らせ

『大河の一滴 最終章』五木寛之
大ベストセラー「大河の一滴」から30年。
93歳になった氏の人生観をつづったラス
トメッセージ。

『専門家がすすめるいちばん簡単で
おいしい心臓病の食事』
セミナーの開講式で講演していただいた山
陰労災病院、水田先生監修の減塩料理本。
料理が苦手な人でも簡単にできる
蒸し料理を多数掲載！



今月の投句コーナー

野良猫もみだしなみには気をつかう
桜散り葉桜となり田植えかかな
塩つかけは塩はひかえめ生きたくて
趣味の会あちこちあって日が暮れる
前向こうもう十分に泣いたよね
春風を浴びて散歩を日課とす
親の仕草にそっくりだね友が言う
おねだりのうまい孫連れ物価高

笑ってくださいユーモア川柳
譲っても譲られたことない座席
泣きなさい笑いなさいと老け防止
自分より孫が咳きこみ禁煙す

09077748096
高田まで

高原川戸花山仲齋野
田本田田口原藤口
振亨美真美栄誠将世
作津理和子子子子