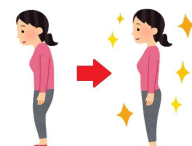


令和7年10月 あがた公民館だより

〒689-3521
米子市河岡5番地
電話：27-1010
FAX：27-1982
E-mail: agata@chukai.ne.jp

第6回 あがたカレッジ（介護予防講座）
共催：県地区保健推進員会

「姿勢矯正」



日時：10月20日（月）13:30～15:00
場所：県公民館
講師：COOP訪問リハビリテーションピース

所長 稲田 修敏 氏

身体の不調や辛い痛みが改善されるよう、正しい姿勢を学んで、
健康な毎日を過ごしましょう！

第7回 あがたカレッジ（国際理解講座）

「祖国ウクライナへの想い」



日時：11月21日（金）13:30～15:00
場所：県公民館
講師：ピロゴヴァ マリーナ 氏

ウクライナはどんな国なのでしょう？11年前に鳥取に移り
住み、現在二児の母である講師の今の祖国への想いや、戦時
下の現状を講演していただきます。

学習講座「シャドーボックス」 ～クリスマスの飾り～

日時：11月7日（金）
13:30～15:00

場所：県公民館
参加費：800円
定員：10名

講師：Art Living 秋吉 さなえ 氏

申込み：10月6日（月）～10月20日（月）

☆参加費を添えて公民館へお申し込みください。

オリジナルの『シャドーボックス』を作ってクリスマスを楽しん
でみませんか？見本が公民館にありますのでご覧ください。

お問い合わせ：県公民館 ☎27-1010



どちらかを選んでください！

県地区民大運動会

日時：10月5日（日）雨天中止
開会式 午前 8:45～
場所：県グラウンド



☆中止の時は防災無線で午前7時頃にお知らせします。
☆詳しくは全戸配布のプログラムをご覧ください。

県地区ボッチャ大会

日時：10月26日（日）9:00開会
場所：県体育館

（上履きをご持参ください）



☆参加される方は、集合時間に遅れないように
お願いします。

あがたフェスティバルのお知らせ

日時：11月16日（日）9:00～15:00
場所：県公民館・駐車場・県グラウンド
☆皆さまからの作品・出店・カラオケ出場者を
募集します。
詳細は今月配布の募集チラシをご覧ください。

○公民館清掃のお願い○

今年度も教室・同好会の皆さまを中心に、あがた
フェスティバルに向けて、清掃へのご協力をお願い
します。

公民館休館日のお知らせ

11月17日（月）午後からは、南部地区公民館連絡協議
会の職員研修のため、また11月28日（金）は、あがた
フェスティバルの振替休館日となりますので、公民館及び
体育施設を使用される方は事前にカギを借りに来て下さい。



【10月の予定】

1	水		空手
2	木		習字
3	金		習字・エアロビクス・パソコン
4	土		大正琴
5	日	地区民大運動会	荒神神楽
6	月		体操
7	火		ピラティス・ダンス
8	水		ヨガ・ボッチャ・空手・手話
9	木		習字
10	金		習字・エアロビクス
11	土		フラダンス
12	日		ダンス・荒神神楽
13	月	スポーツの日	体操
14	火		ピラティス・ダンス
15	水	出店者代表者会議	ヨガ・空手
16	木	リモート運動・在宅見守活動・民児協	習字
17	金		つくしんぼ・習字・エアロビクス・パソコン
18	土		大正琴
19	日	秋季一斉清掃	ダンス・荒神神楽
20	月	あがたカレッジ	体操
21	火	なんでも健康相談	ピラティス・ダンス
22	水		ボッチャ・ヨガ・空手・手話
23	木		習字
24	金	文化部会	習字・エアロビクス・ばら
25	土		フラダンス
26	日	ボッチャ大会	ダンス・荒神神楽
27	月	自治会長会	体操
28	火		ピラティス・ダンス
29	水		ヨガ・空手
30	木	在宅見守り野外交流会	習字
31	金		エアロビクス・習字

11月の予定

7日（金）…学習講座『シャドーボックス』

16日（日）…あがたフェスティバル

17日（月）…午後休館（南公連職員研修）

21日（金）…あがたカレッジ（国際理解講座）

28日（金）…振替休館日（あがたフェスティバル）

第4回あがたカレッジ（人権講座） 8/26開催

「人権教育・今考えたいこと…」

前 箕蚊屋中学校校長（現日吉津村教育委員会教育長）の奥田和弘氏を迎え、教育者の視点で、人と人とのつながりがいかに大切かなど学び、心に響く講座になりました。



小地域懇談会が開催されました

人権に関するDVDを視聴してグループに分かれて意見交換しました。人権について学ぶ機会が持て、参加してよかったとの声を各地区から聞くことが出来ました。

○緑ヶ丘自治会

8/30開催



○中福万自治会

8/31開催



○河岡自治会

9/6開催



第5回あがたカレッジ（教養講座） 9/19開催

「元気なうちに考えておきたい事と相続について」

株式会社葬仙の小笠原広枝氏と行政書士の松本博氏を迎え、終活について、また相続について知っておきたい事を学習しました。参加者の皆さんからも、とても勉強になり参考になったと好評でした。



県地区社会福祉協議会から

県地区戦没者慰霊祭が行われました 9/5



～県地区在宅福祉員会からのお知らせ～

野外交流会について

日 時：10月30日（木）9：30 公民館集合
15：00頃 帰着予定

行 先：由志園・夢みなとタワー・おさかなセンター
☆対象の方には、在宅福祉員からご案内します。



～県地区青少年育成会からのお知らせ～

家族の似顔絵を描こうコンテスト!!

11月16日（日）に開催される「あがたフェスティバル」で展示する家族の似顔絵を募集します。ペットも家族の一員なのでオッケーです！

詳しくは回覧のチラシまたは、ホームページをご覧ください。

問い合わせ先：県公民館 ☎27-1010

「保健師のなんでも健康相談&箕蚊屋地域包括支援センター出張相談」

県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、毎月1回実施しています。

日時：令和7年10月21日（火） 9：30～11：30

場所：県公民館1階 和室

内容：血圧測定、体脂肪測定、握力測定、フレイルチェック、赤ちゃんの体重測定、高齢者に関する相談（認知症や介護保険、買い物、手すり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



フレイル予防教室～運動講座～

リハビリ専門職を講師に招き、フレイル予防運動を行います。一緒に運動してみんなでフレイルをスマイルに！予約不要の教室です。

■日 時：令和7年10月16日（木）14：00～15：30

■場 所：県公民館

■講 師：株式会社ライオンハート 森田 宙 氏

■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



通院が難しい方には、訪問診療等があります。
包括支援センターでもご相談承ります。

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）

子育てサークルつくしんぼ

※日時：10月7日（火）10：00～10：40

場所：あがた保育園

※日時：10月17日（金）10：00～11：30

場所：県公民館 和室

【連絡先：県公民館 ☎27-1010】



