

令和8年3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



【3月の予定】

1	日	食生活改善推進員会総会	ダンス・神楽
2	月		体操
3	火		ピラティス・ダンス
4	水		ヨガ・空手
5	木		習字
6	金	体育施設使用団体代表者会議	習字・エアロビクス
7	土		
8	日		ダンス・神楽
9	月		体操
10	火		ピラティス・ダンス
11	水		ヨガ・空手・ポッチャ・手話
12	木		習字
13	金		エアロビクス・習字
14	土		フラダンス
15	日		ダンス・神楽
16	月		体操
17	火	なんでも健康相談	ダンス
18	水		ヨガ・空手
19	木	リモート運動・在宅見守り・民児協	習字
20	金		習字・パソコン
21	土		
22	日		ダンス・神楽
23	月		体操
24	火		ピラティス・ダンス
25	水	自治会長会	ヨガ・空手・ポッチャ・手話
26	木		習字
27	金		つくしんぼ・エアロビクス・ばら・習字
28	土		フラダンス
29	日	通学路除草作業	ダンス・神楽
30	月		体操
31	火		ピラティス・ダンス

県公民館体育施設使用団体代表者会議

日時：3月6日（金）19：30～
場所：県公民館



令和8年度の体育館・グラウンド使用について説明会を開催します。ご案内のあった団体の方は、必ずご出席をいただきますようお願いいたします。

公民館・各種団体総会

日にち：4月11日（土）
場所：県公民館



ご案内する団体
自主防災組織連絡協議会
自治連合会、環境をよくする会
社会福祉協議会、青少年育成会
人権・同和教育推進協議会
公民館運営委員会、防犯協議会

詳細は、役員の方に別途ご案内いたします。

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

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8年3月17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（生活、認知症、
介護保険、買い物などの困りごとについて）

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。運動習慣のきっかけづくりとして参加してみませんか？
予約不要の教室です。

日時：令和8年3月19日（木） 14：00～15：30
場所：県公民館2階 集会室
持ち物：上履き、水分補給の飲み物、汗拭きタオル
参加費：無料
問合せ：米子市フレイル対策推進課 ☎23-5458



子育てサークルつくしんぼ

日時：3月27日（金）
10：00～12：00
場所：県公民館 和室



今年度最後の子育てサークルです。子育て中の
パパやママ、おじいちゃん、おばあちゃんもお
気軽にお越しください。

犬の狂犬病予防接種

飼い主様には2月末日ごろに、ご案内文書が送付さ
れますのでご確認ください。
詳しくは広報よなご4月号をご覧ください。
お問合せ：米子市環境政策課（Tel.23-5257）



箕蚊屋地域包括支援センターから

もの忘れ・介護・おひとり暮らしの不安は
箕蚊屋地域包括支援センターへご相談くだ
さい！

☎27-6500 米子市一部555（博愛苑内）

予告

令和8年度学習講座のお知らせ

「健康ウォーキング」
～尾高城をめざす～
日時：4月26日（日）午前中
☆詳しくは、4月号の公民館だよりで
お知らせします。

【4月の予定】

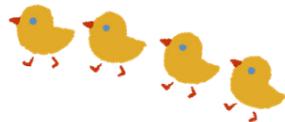
3日（金） 合同部会
11日（土） 各種団体総会
19日（日） よなごクリーン大作戦！
（春季一斉清掃）
26日（日） 学習講座
「健康ウォーキング」

新刊図書のお知らせ

本の貸出期間は2週間になります。
ご希望の方は、事務室までお声掛けください。



本のタイトル	著者
だるまん	かがくい ひろし
ぴよーん	まつおか たつひで
じゃあじゃあびりびり	まつい のりこ
おべんとうバス	真珠 まりこ
ぞうくんのさんぽ	なかの ひろたか
カフネ（本屋大賞受賞作）	阿部 暁子
エピクロスの処方箋	夏川 草介
成瀬は信じた道をいく	宮島 未奈
時の家（芥川賞受賞作）	鳥山 まこと
カフェーの帰り道（直木賞受賞作）	嶋津 輝



セラバンド体操体験しました！

1月21日（水）米子市フレイル対策事業として、理学療法士による指導でセラバンド体操を体験しました。背筋がピンとなって、若返った気がします。



～公民館・体育館・グラウンドを使用される皆さまへ～ 皆様に気持ちよくご利用いただくため次のことにご協力ください。

- 県公民館及び附属施設使用許可申請書を事前に提出いただき、使用許可を受けてください。
- 夜間・休日・休館日に使用される場合は、事前にカギを借りに来てください。
- 使用後は速やかにカギの返却をしてください。
- 使用時間は午前9時から午後10時までです。
- 使用の変更（中止・時間）は事前に連絡をお願いします。
- 使用後は照明・エアコン・火の元の確認をした上、ごみは各自でお持ち帰りください。机・イス・体育用具等の備品は元の位置に戻し、必ず清掃を行ってください。（雑巾がけ・モップ・トンボなど）
- スリッパの整理整頓をお願いします。
- 体育館のトイレを使われた場合は、トイレの清掃もしてください。
- 使用後は、「公民館使用確認票」または「体育館・グラウンド使用確認票」を記入してください。
- 館内・敷地内は、禁酒・禁煙です。



こいのぼり 寄付のお願い

ご家庭で不用になったこいのぼりがありましたら、公民館に寄付していただだけませんか？

寄付していただいたこいのぼりは、5月にあがたグラウンドに揚げさせていただきます。地域の方々や子どもたちに大変喜ばれています。ご協力をお願いします。

お問い合わせ：県公民館 ☎27-1010

県地区では移動販売で買い物支援をしています！

県地区地域福祉推進委員会では、「福祉のまちづくりプラン」の取組みとして買い物支援を行っています。お近くの方はどうぞご利用ください。

★マックスバリュ（毎週火曜日）

支払い：クレジット、WAON、現金など

- ①河岡公民館 11:45頃～15分間
- ②清水ヶ丘集会所 13:20頃～10分程度
- ③下福万隣保館 13:30頃～15分程度
- ④石州府公民館 13:50頃～10分程度
- ⑤北原神社前 14:00頃～10分程度



★魚屋さん（毎週木曜日）

支払い：現金のみ

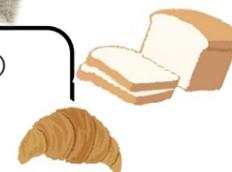
- ①河岡公民館 10:10頃～15分間
- ②清水ヶ丘集会所 10:30頃～15分間
- ③下福万隣保館 10:45頃～15分程度



★パン屋さん（毎週木曜日）

支払い：現金のみ

下福万隣保館 10:20頃



令和8年度

「ごみ分別収集カレンダー＆健康ガイド・国保ガイド」について

令和8年4月～令和9年3月までのカレンダーを公民館窓口に置いてありますので、必要な方はお持ち帰りください。

お問合せ：米子市クリーン推進課（Tel.23-5300）