

宇田川公民館だより

令和7年
11月号

米子市淀江町中西尾 466

TEL:56-2086 FAX:56-2596

E-mail : udagawaco@sea.chukai.ne.jp

宇田川公民館



米糎作り・するめ糎作り

日 時: 11月11(火)~13日(木)

時 間: おもに午前中

会 場: 宇田川公民館加工室

参加費: 実費

定 員: 10名

申込み: 11月7日(金)までに宇田川公民館へ

◎11月12日(水)切り返しの日にするめ糎・甘酒の試食もあります

◎11月13日(木)出来上がった糎でするめ糎も作りましょう。

残りの糎は持ち帰ります。(700g 程度)

職員不在のお知らせ

●南部ブロック公民館連合会研修会の為、

11月17日(月) 正午から

※公民館の使用はできますので、使用される方は事前の申請と鍵の借用をお願いします。

みそ加工の予約について

11月21日(金)

(加工室利用団体代表者会議終了後)

味噌加工の予約を開始します。

公民館にて受付いたします。

生花の御礼

谷野 淑子 様 (高井谷)

いつもありがとうございます。

＜11月の行事予定＞ 日程は変更になることがあります

日	曜日	行事等	サークル・教室
1	土		
2	日	宇田川地区文化祭(9:00~15:30 頃)	文化祭
3	月	文化の日	
4	火	文化祭振替休館日	
5	水		太極拳・なでしこ・郷土芸能
6	木		ヨーガ
7	金	よどえ町民音楽祭代表者会議(19:00~)	
8	土		
9	日	いろどりダイアリー 虫採りチャレンジ(9:00~)	
10	月		
11	火	米糎作り(午前中) 延寿バスでおでかけ(9:00~)	
12	水	うだかわ塾(10:30~11:30) 米糎作り(午前中)	太極拳・なでしこ・郷土芸能
13	木	米糎作り・するめ糎作り(午前中)	ヨーガ・あけびの会
14	金	つつじ号(13:30~14:00)	三味線・郷土芸能
15	土		
16	日		水彩画
17	月	リモート栄養口腔講座(10:30~12:00) 南部地区公民館連絡協議会「職員研修会」	
18	火		リスネット・油絵
19	水		太極拳・なでしこ・郷土芸能
20	木		ヨーガ
21	金	加工室利用団体代表者会議(9:30~)	三味線
22	土		つくしんぼう
23	日	勤労感謝の日	11月移動図書館つつじ号
24	月	振替休日	日時:14日(金)・28日(金) 13:30~14:00
25	火		
26	水		太極拳・なでしこ・郷土芸能
27	木	自治会長会(19:00~) 配布日	ヨーガ
28	金	つつじ号(13:30~14:00)	郷土芸能
29	土	マネーセミナー(10:30~11:30)	
30	日		

裏面へ続く↓

令和7年度
ご参加下さい

知の和 地の精 学び合う 智慧を出し合う

うだかわ塾

⑦介護予防講座

『誰でも継続できる! 痛みを和らげるための体操』

日 時: 11月12日(水) 10:30~11:30

講 師: 健康運動指導士 山川 了史 氏

内 容: 日常生活に役立つ! 身体の動かし方を一緒に体験しましょう!

持ち物: 動きやすい服装、飲み物、汗拭き用のタオル(運動靴は不要)

《宇田川地区保健推進委員会共催》

⑧音楽講座・閉講式

『チューバで奏でる名曲の数々』

日 時: 12月9日(火) 10:00~11:30

講 師: チューバ奏者 鈴木 博志 氏

電子ピアノ/伴奏 鈴木ちづみ 氏

※講座終了後は閉講式を行います。

2025
宇田川地区
文化祭

開催日 11月2日(日) 9:00~15:30 頃

作品展示 11月2日(日) 9:00~演芸発表終了まで

会 場 宇田川公民館

文化祭振替休館日: 11月4日(火)

※公民館の使用はできますので、使用される方は事前の申請と鍵の借用をお願いいたします。

ガマシママース!!

やってみよう！体験講座

体験学習

『未来を変えるお金の使い方！』

～使う・貯める・ふやすを親子で学ぼう～

終了後は昼食と一緒に作って食べよう！11:30～準備・昼食

日時：11月29日(土) 10:30～11:30

講師：プランナー事務所 Thousalight 西上光弥 先生

定員：親子(小・中学生)10組程度

昼食代：1人200円 (※当日集金します)

持ち物：筆記用具、エプロン、三角巾、マスク

申込み：11月21日(金)までに公民館へ(56-2086)

詳しくは回覧チラシ
をご覧ください。

料理学習

『発酵食品で家族を元気に』

～旬の食材を使ったランチ作り～

日時：12月3日(水) 10:30～13:00

講師：YUMI MUSIC Lab.代表 田部由美子 先生

参加費：800円(材料代・ミニライブ鑑賞代)

※当日集金します

定員：10名

持ち物：エプロン、三角巾、マスク

食事の後は
ミニライブ！

リモート運動 + フレイル予防栄養・口腔講座

管理栄養士から、シニア世代に大切な食事についてお話しします。
保健師からはお口の健康(オーラルフレイル予防)についてお話しします。
講話の前にリモート運動体験も行います！

■日時 令和7年11月17日(月) 午前10時30分～12時

午前10時30分～11時：リモート運動

午前11時～11時30分：お口のお話

午前11時30分～12時：栄養のお話

■会場 宇田川公民館

■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

■問合せ 米子市フレイル対策推進課 23-5458

宇田川いきいきサロン

10月のサロンは『フレイル予防運動教室』に参加しました。
理学療法士による症状にあわせた自宅でも継続できる体操を指導していただきました。皆さん熱心に取り組んでおられました。

次回のサロンは..

11月13日(木)に開催します。

音楽の日 愛ちゃんのリトミック♪



ぜひお越しください。



環境整備の御礼

9月28日(日)早朝より、宇田川グラウンド周辺の除草作業を行いました。おかげさまでとてもきれいになりました！各自治会の皆様大変お世話になりました。ありがとうございました！



宇田川地区親睦運動会の御礼

10月5日に開催を予定しておりました宇田川地区親睦運動会は、残念ながら前日までの雨の影響により中止となりました。
準備などご協力をいただきました自治会の皆さまには大変お世話になりました。心よりお礼申し上げます。ありがとうございました。

第34回 米子市公民館 ふれあい発表会

ところ：米子市文化ホール

市内29の公民館から、サークル・同好会が集結します！
日頃の成果をご覧ください！今年は1日開催です。

日時 12月6日(土)《展示の部》10:00～16:30

《舞台発表の部》13:00～16:00 (開場 12:30)

宇田川公民館からは、作品展示の部に「油絵」の皆さんが出展されます。ぜひお出かけください！



子ども料理教室

「ふわふわパンケーキ作り」



日時：12月6日(土) 9:30～12:00 (受付9:00～)

講師：どんぐりがっ子のなかまたち

内容：ホットケーキミックスでかんたん！パンケーキ作り

対象：子どもから大人まで (小学生2年生以下は保護者同伴)

参加費：300円

定員：15名(先着順)

申込み：11月25日(火)までに公民館へ

※詳細は回覧チラシをご覧ください。

モルックあります！(貸し出し)

どんぐりがっ子で『モルック』を購入しました。
地域のイベントなどで使ってもらいたい方は、公民館で貸し出しをしていますのでぜひご利用ください。



よどえ子育てサークル ひよっこくらぶ

日にち 11月6日(木) かんたんおかし作り

12月4日(木) クリスマス会・おはなし

時間 10:00～11:30

会場 淀江公民館

淀江地区民生児童委員・淀江地区主任児童委員

お問合せ：淀江公民館(電話：56-3222)



参加無料
申込不要です！

行政書士無料相談会

相続、遺言、成年後見、その他身近なお困り事など行政書士が相談をお受けします。(毎月第3水曜日を予定しております。)

日時：11月19日(水) 10時～14時

場所：淀江公民館

予約制(おひとり様30分程度)

ご予約は鳥取県行政書士会まで TEL0857-24-2744