

2026 2月 彦名公民館だより

米子市彦名町 2850-2 電話 0859(29)0536
FAX 0859(29)0582 Eメール hikona@chukaine.jp



学習講座 第5回「健康ボクシング」

～誰でもできる！心と体に健康を～

内容 ボクシングの構えを習い、ミットを思いっきり叩くことで、ストレスを発散しましょう！

日時 2月6日(金) 時間 10:00～11:30 場所 彦名公民館

講師 シュガーナックルボクシングジム 職員

持ち物 動ける服装、上履き(運動靴)、軍手、飲み物、タオル

申込をされた方は忘れずにお越しください



～食生活改善推進員になりませんか～

養成講座受講生募集！



食を通じた健康づくりのボランティアとして、地域で活動する食生活改善推進員の養成講座を開講します。まずは、食に関するさまざまな知識を楽しく学んでみませんか。

【対象】講座終了後に推進員として地域の健康づくりの活動ができる方(年齢、性別は問いません)

【募集人数】 若干名

【日時】 5/15、6/16、7/22、9/4、10/6、11/13
9時40分～13時30分(5/15のみ9時30分～正午)

【内容】・テーマにそった調理実習(減塩など)
・講義(健康づくり、食育、生活習慣病予防など)

【費用】 実習材料費(1回あたり400円程度)

【場所】 くれあいの里

【申込み】 3月27日(金)までに彦名公民館(TEL29-0536)へお申し込みください。

【お問合せ】 米子市健康対策課 TEL23-5452



《彦名わんぱく CLUB》

日時 2月5日 10:30～11:30

場所 彦名公民館

雪あそび、または新聞あそびを予定しています。室内には三段のおひな様を飾ります。写真撮影をご自由どうぞ。

※もうすぐお母さんになるプレママの参加もお待ちしております。はじめて参加する方は事前に公民館までご連絡下さい。

彦名公民館 TEL29-0536 <<彦名地区主任児童委員>>



新しい本を購入しました！

図書名

『踊りつかれて』
『ブレイクショットの軌跡』
『イン・ザ・メガチャーチ』
『失われた貌』
『さよならジャバウォック』
『運転者』

著者

塩田 武士
逢坂 冬馬
朝井 リョウ
櫻田 智也
伊坂 幸太郎
喜多川 泰

2月より
貸出開始



彦名公民館では本の貸し出しをしています。

受賞作品や話題作、幼児用の絵本などが予約なしで借りられます。

1人2冊まで、期間は2週間です。

どうぞお気軽にご利用ください。

公民館からのお知らせ

鳥取県公民館連合会研究集会出席のため2月18日(水)午後、事務室は不在です。部屋の使用はできますので、事前の申込と鍵の借用をお願いします。

保健師の出張！

なんでも健康相談・介護相談

日程：2月20日(金)

時間：10:00～11:30

場所：彦名公民館

予約不要、無料

問合せ：健康対策課 TEL23-5454

弓浜地域包括支援センター

TEL48-2330

地区担当保健師が公民館へ出張して健康相談を実施しています。赤ちゃんから大人の方まで、どなたでも健康面に関することなんでも、ご相談ください。合わせて介護相談も実施しています。家族の生活の困り事、介護保険の申請のことなどどうぞ気軽にご相談ください。



『リモート運動体験』で一緒に運動しませんか？

日程：2月20日(金)

時間：10:30～12:00

場所：彦名公民館 参加費無料

持ち物：上履き、飲み物、汗拭きタオル

問合せ：フレイル対策推進課

TEL23-5458

リハビリ専門職や健康運動指導士による運動教室「ふらっと運動体験」の様子を公民館で中継放送します。※中継放送のため、運動指導者は公民館にはきません。※今年度のフレイル予防事業の日程・事業内容については別チラシ「彦名公民館でフレイル予防！」をご覧ください。

香典返し・玉串料返し(12月27日～1月25日)

(1区) 大田 誠一様 (母 日出子様) 金一封

(7区) 河田 博文様 (母 芳子様) 金一封

地区社会福祉事業のために有意義に活用させていただきます。

《彦名地区社会福祉協議会》

2月の行事予定

	行事	教室・同好会
1 日		
2 月	消防訓練	養生太極拳、ヨーガ、ゲーム
3 火		英会話、ストレッチ
4 水		養生太極拳
5 木	あいさつ運動(彦小)	わんぱく、大正琴
6 金	学習講座「健康ボクシング」	パソコン、バラ、フラ
7 土		
8 日		
9 月		養生太極拳、ヨーガ
10 火		英会話、絵手紙
11 水	建国記念日	養生太極拳、パッチワーク
12 木		
13 金	防災研修会	パソコン
14 土		
15 日		
16 月	あいさつ運動(弓中)社福理事会	養生太極拳、ヨーガ
17 火		英会話、ストレッチ
18 水	県公連(午後休館)	養生太極拳
19 木	見守り活動	大正琴
20 金	リモート、健康相談、介護相談	パソコン
21 土		
22 日		
23 月	天皇誕生日	養生太極拳
24 火		英会話、絵手紙
25 水		養生太極拳、パッチワーク
26 木		池坊
27 金	自治連定例会	パソコン、フラ
28 土		

※予定は変更になる場合があります。事前にご確認下さい。

子育てサークルのご案内

0才～3・4才の保育園や幼稚園に通っていない子どもたちと保護者の方の子育てサークルです。

《弓ヶ浜子育て支援センター》

弓ヶ浜子育て支援センターの先生と一緒に遊びましょう(事前に予約が必要です)

問合せ 弓ヶ浜子育て支援センター TEL28-8860



公民館・各種団体等主な役員・役職

公民館役員 (自治会推薦)	総務部 (1名) じげおこし芸能大会企画・運営その他公民館行事への協力
	教養部 (1名) 公民館祭企画・運営、館報編集その他公民館行事への協力
	社会部 (1名) 彦名ふれあい大学運営その他公民館行事への協力
	地域支援部 (1名) 各公民館行事への協力
	体育部 (2名 男・女各1名) 町民大運動会、地区体育行事の企画運営その他、公民館行事への協力
在宅福祉員	自治会が推薦し米子市社会福祉協議会長が委嘱 任期2年(令和8年4月～令和10年3月) 全自治会に配置する 50世帯に1名 日常的な見守り活動 対象者は原則80歳以上の一人暮らしの高齢者、80歳以上の高齢者世帯 その他見守りの必要があると地区社協が認めた世帯 地区社会福祉協議会行事(敬老福祉大会、いきいきサロン他)への協力
保健推進員	自治会が推薦し米子市長が委嘱(健康対策課) 任期2年(令和8年4月～令和10年3月) 概ね50世帯に1名 地域の健康づくりの推進・啓発 生活習慣病予防料理講習会 公民館祭への協力
食生活改善推進員	年度ごとに2自治会から2名推薦し米子市長が委嘱(健康対策課) 令和8年度は13区・14区自治会より各1名 推進員養成講座に参加(年6回) 受講終了後は地区推進員として活動に協力 健康づくり及び栄養・食生活の改善を推進 料理教室の開催 公民館祭への協力
リサイクル推進員	自治会が推薦し米子市長が委嘱(クリーン推進課) 任期2年(令和7年4月～令和9年3月)(途中交代は前任者の残任期間とする) 定数は各自治会の世帯数による 家庭ごみの正しい出し方の指導・啓発 ごみの減量化と再資源化の推進 清掃活動や市が行う行事等への参加
民生児童委員 主任児童委員	地区推薦委員会より推薦 厚生労働大臣が委嘱(長寿社会課) 各地区定数有り 彦名地区9名(民生児童委員7名、主任児童委員2名) 任期3年(令和7年12月～令和10年11月) 民生児童委員 担当地区内の住民の実態及び問題点の把握等 福祉サービスを利用するための情報提供 住民の福祉増進他 主任児童委員 児童福祉関係機関・施設等との連携 援助活動他
米子市人権教育 地区推進員	地区人権教育推進協議会より2名推薦 米子市長が委嘱(人権政策課) 任期2年(令和8年4月～令和10年3月) 推進員研修講座の受講 地域懇談会の協力 その他研修会、講演会への参加
米子市少年指導委員	地区青少年育成会より2名、民生児童委員より1名推薦し 米子市長が委嘱(子育て支援課) 任期2年(令和8年6月～令和10年5月) 青少年の健全育成活動の推進
米子市スポーツ推進員	地区より2名(男女各1名) 推薦し米子市教育長が委嘱(スポーツ振興課) 任期2年(令和7年4月～令和9年3月) 市の行うスポーツ事業の企画立案、連絡調整、スポーツ指導、地区体育行事指導協力
米子市交通安全指導員	校区自治連合会より2名推薦し米子市長が委嘱(生活年金課) 任期2年(令和7年4月～令和9年3月) 交通安全運動の推進 安全意識の向上に努める
その他各種団体	彦名地区環境をよくする会 彦名校区人権教育推進協議会 彦名地区社会福祉協議会 彦名校区防犯協議会 交通安全協会彦名支部 彦名校区青少年育成会 交通安全えがおの会 子ども会連合会

「子どもは未来である」

～自立を促し共生社会に生きる力を育む～

弓ヶ浜中学校です

2026年2月

今月のトピックス

1月6日の地震(震度5弱)について

令和8年1月6日は冬休み最終日で、部活動のために56人の生徒が登校していました。地震発生後、生徒たちは避難訓練での経験を生かし、**落ち着いて行動し、安全に避難することができました。**その後、**保護者のお迎えや連絡の取れた生徒から順次下校**しました。学校施設については、壁にいくつかのひび割れが見られましたが、市の担当者により**安全に使用できることが確認されています。**今回の地震を受け、**登下校中の避難や生徒の引き渡しには、地域の皆様のご協力が不可欠であると改めて感じています。**地震の規模や発生した時間帯、被害の状況によって対応は変わるため、校区の小学校とも連携した引き渡しや、必要に応じた交通対応についても今後検討していきます。ご家庭におかれましても、**登下校中に大きな地震が発生した場合の避難先など、あらゆる事態を想定して事前に話し合ってください。**また、地震後には**生徒アンケートを実施し、不安や困り感の把握に努めています。**今後も心のケアを大切にしながら、**学校・家庭・地域が連携し、生徒の安全を第一に考えた対応を進めてまいります。**地域の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

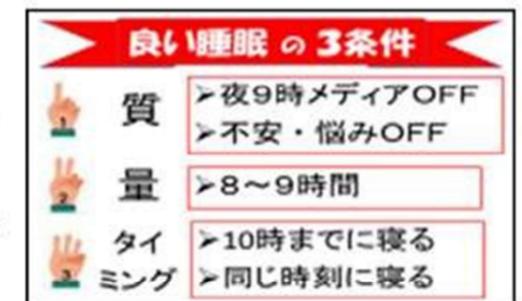


3学期が始まりました

1月7日(水)、3学期が始まりました。3学期は、1年間のまとめであり、**次の学年へとつながる大切な学期**です。2学期、生徒たちは行事や部活動、地域での活動などを通して、「**みんなが安心して楽しい学校**」のために、**気づき、考え、行動する姿**をさまざまな場面で見せていました。3学期は、その姿を日々の授業や学校生活の中でさらに発揮していく学期です。3年生にとっては**進路決定に向けた大切な時期**であり、「**受験は団体戦**」とも言われます。**互いを思いやり、落ち着いて学習に取り組める環境**を学校全体でつくっていきます。「周りの人はどう感じるか」を考えて行動することが、**安心できる学校づくりと自分自身の成長**につながります。みんなで力を合わせ、良い3学期となるよう努めます。

生活いきいきキャンペーンについて

弓ヶ浜中学校区では、**幼稚園・保育園・小学校・中学校が連携し、年3回「生活いきいきキャンペーン」**に取り組んでいます。今年度3回目のキャンペーンは、1月19日～25日にかけて、校区全体で一斉に実施しました。近年、低年齢からデジタルメディアに触れる機会が増え、**睡眠や生活リズムへの影響**が心配されています。そこで本キャンペーンでは、「**メディアコントロール**」をテーマに、家庭で話し合いながら生活を見直す取組を行いました。メディアとの付き合い方を見直すことで、**規則正しい生活や質の高い睡眠**につながり、学習や余暇の時間を大切に使う力が育ちます。子どもたちが自分で時間や予定を考え、健やかに生活できるよう、**学校・家庭・地域が一体となって支える取組**として、今後も継続していきます。引き続き、ご理解とご協力をお願いいたします。



○この項に関して、ご意見、ご質問などがございましたら、

28-9314(弓ヶ浜中学校)までお電話ください。Eメールは yumiga-j@g.torikyo.ed.jp へお願いします。