# 2026 10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@chukai.ne.jp

## 彦名ふれあい大学のご案内

１回だけでも興味のある講座にご参加いただけます。
お気軽にご参加ください。



## 学習講座のご案内

第１回『シャドーボックス教室』
日　時　１０月５日（月）10:00～12:00
場　所　彦名公民館　定員１２名程度　参加費　1,000 円
講　師　ArtLiving　シャドーボックス作家　秋吉　さなえ　氏
※申込をされた方は参加費を持って忘れずにお越しください。

第７回 介護予防講座
「チェアヨガ～椅子に座って簡単ヨガ体験～」
日　時　１０月１９日（月）13:30～15:00
場　所　彦名公民館　２階　大集会室
講　師　養和病院
　　メディカルフィットネスセンターCHAX
　　理学療法士　炭山　慧一　氏



第８回 音楽講座
「音楽キャラバン　サンターラ
　シルクロードの楽器の音色」
日　時　１０月２９日（木）
　　13:30～15:00
場　所　彦名公民館　２階　大集会室
講　師　シタール・揚琴 Duo サンターラ
　　瀬古　康雄　氏　　瀬古　喜代栄　氏




第９回 館外学習
「青谷かみじち史跡公園と神崎神社」
日　時　１１月２０日（金）8:50 集合
　　9:00 彦名公民館発～16:00 帰着予定
行　先　（鳥取）青谷方面
参加費　2,２００円（バス代、入館料、昼食代、写真代を含む）
定　員　４０名
募　集　１０月１９日（月）ふれあい大学修了後より受付します。
　　代金を添えて彦名公民館にてお申込みください。



## 彦名公民館祭

日　時　１０月２５日（日）10:00～15:00
場　所　彦名公民館及び前庭
みなさまのご参加お待ちしています！
詳しくは各戸配布のチラシをご覧ください。



## シニア世代活躍応援事業　ボッチャ交流会

募集

主催：彦名地区社会福祉協議会　　協賛：彦名地区保健推進員会

パラリンピックの正式種目として行われていますが、障がいの有無に関係なく、老若男女、子どもから高齢者まで誰でも楽しめるスポーツです。一緒にボッチャを楽しみましょう。
初めての方も大歓迎です。



日　時　１１月９日（月）9:30～11:30
場　所　彦名公民館　２階大集会室
持ち物　動きやすい服装、運動靴、飲み物
講　師　養和会（米子サン・アビリティーズ）小笹　智史　氏
申込み　１０月３０日（金）までに彦名公民館（29−0536）へ

## 彦名水鳥ウォークのご案内

参加無料
申込不要

主　催：彦名校区自治連合会
　　公益財団法人中海水鳥国際交流基金財団
日　時　１１月８日（日）（雨天中止）
会　場　粟嶋神社前駐車場（水鳥公園第２駐車場）
受　付　9:00～9:45
※詳細は各戸配布のチラシをご覧ください



## 令和８年度小地域懇談会開催のご案内
## 「差別をなくしみんなが幸せになるために」

彦名校区人権教育推進協議会

彦名７区、８区、１３区、１４区自治会のみなさまへ
日　時　１１月２０日（金）19:00～20:30
場　所　彦名公民館
内　容　人権すごろく、じゃんけんゲーム
〇発表会等はありませんので、お気軽にご参加ください。
詳しくは開催地区に配布のチラシをご覧ください。

## 振替休館日のお知らせ

１０月２６日（月）は公民館祭の振替休館日のため事務室は不在になります。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。

## １０月の行事予定

| | | 行　事 |
|---|---|---|
| 1 | 木 | |
| 2 | 金 | |
| 3 | 土 | |
| 4 | 日 | 秋のよなごクリーン大作戦！（一斉清掃） |
| 5 | 月 | 学習講座「シャドーボックス教室」 |
| 6 | 火 | あいさつ運動(彦小) |
| 7 | 水 | |
| 8 | 木 | 見守り交流会 |
| 9 | 金 | 公民館祭合同部会 |
| 10 | 土 | |
| 11 | 日 | |
| 12 | 月 | スポーツの日 |
| 13 | 火 | |
| 14 | 水 | |
| 15 | 木 | あいさつ運動(弓中) |
| 16 | 金 | フレイルお口と栄養講座 |
| 17 | 土 | |
| 18 | 日 | |
| 19 | 月 | 花・花いっぱい運動<br>ふれあい大学「介護予防講座」 |
| 20 | 火 | |
| 21 | 水 | |
| 22 | 木 | |
| 23 | 金 | 公民館祭設営 |
| 24 | 土 | 公民館祭前日準備 |
| 25 | 日 | 公民館祭 |
| 26 | 月 | 振替休館日 |
| 27 | 火 | 自治連定例会 |
| 28 | 水 | |
| 29 | 木 | ふれあい大学「音楽講座」 |
| 30 | 金 | 健康相談 |
| 31 | 土 | |



１１月の主な予定
８日（日）　彦名水鳥ウォーク
９日（月）　シニアボッチャ交流会
２０日（金）　ふれあい大学「青谷かみじち史跡公園と神崎神社」
２０日（金）　小地域懇談会
２９日（日）　町民ボッチャ大会
※予定は変更になる場合があります。事前にご確認下さい。

## 保健師の出張！なんでも健康相談

地区担当保健師が健康相談を実施しています。赤ちゃんから大人の方まで、健康面に関することなんでもご相談ください。
今月は栄養士による栄養相談、味覚チェックも実施します
日　時　１０月３０日（金）10:00～11:30
場　所　彦名公民館
予約不要、無料でご利用いただけます
問合せ　健康対策課 23-5454



## お口と栄養の健康教室！フレイルをスマイルに

歯科衛生士からお口の健康づくりに関すること、管理栄養士からシニア世代に大切な栄養についてお話します。
みんなでフレイルをスマイルに！
日　時　１０月１６日（金）10:00～11:30
場　所　彦名公民館　　参加費　無料
対象　どなたでも（予約不要）
問合せ　米子市フレイル対策推進課
　　23-5458



## 花・花いっぱい運動
## 彦名公民館庭花壇で一緒にお花を植えませんか？

彦名地区環境をよくする会
日　時　　１０月１９日（月）10:00 開始（作業は１時間程度）
　　公民館祭に向けて花の植え替えを行います。
集　合　　彦名公民館前庭
対　象　　どなたでも参加できます。（個人、グループ）
持ち物他　汚れてもよい、動きやすい服装・靴でお出かけください。
　　花植え終了後　交流会を予定しています。



## 彦名ふれあい大学

９月８日（火）鳥取大学医学部附属病院　皮膚科　学内講師　江原　由布子氏をお招きし、健康講座「帯状疱疹～発症予防と治療について～」を開催しました。発症した場合は症状が軽いうちに早めに治療すること、再発を抑えるための対策や、発症予防としてワクチン接種があることについても知ることができました。



## 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

### 《彦名わんぱくCLUB》　　≪彦名地区主任児童委員≫

日　時　１０月１日（木）　10:30～11:30
公民館周辺をお散歩します。靴やベビーカーなどご持参ください。雨の場合は室内でハロウィン工作をします。
※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。
次回 11 月５日（木）はハロウィン用のフォトブースを用意する予定です
彦名公民館　℡29-0536



### 《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遊びましょう。予約制のため事前に電話で申し込んで下さい。
問合せ　弓ヶ浜子育て支援センター　℡28-8860



# 「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 10 月

## 3年生が修学旅行に行ってきました







3年生が9月2日（水）～4日（金）の3日間、関西方面に修学旅行に出かけました。1日目は、阪神・淡路大震災記念　人と防災未来センターを見学後、クラスごとに企業見学（1組:オムロン、2組:大阪ガス、3組:カップヌードルミュージアム、4組:江崎記念館）を行いました。2日目は、班別自主研修（エキスカーション）でグループごとに立てた計画に沿って京都市内を巡りました。3日目は、USJ で、友達と一緒に買い物やアトラクションを楽しみました。この3日間は、雨の予報が出ており、大変心配されましたが、天候による大きな予定変更もなく活動を行うことができました。**「満開の成花～感謝・学ぶ・楽しむ～」**のスローガンのもと、修学旅行実行委員の生徒を中心に準備を行い、生徒一人一人が、仲間と協力しながら、文化を学び、安心安全で思い出に残る修学旅行を作り上げることができました。

## 2年生が「わくわく弓ヶ浜（職場体験学習）」を行いました





２ 年生が9月１日（火）～4日（金）の4日間で、職場体験学習「わくわく弓ヶ浜」を行いました。弓ヶ浜中学校区の事業所を中心に、農業・販売・公共施設・幼稚園・保育所・老人福祉施設など様々な職種（34の事業所）で受け入れていただき、活動することができました。地域の皆様の温かいご協力により、生徒たちは働くことの意義や地域とのつながりを学ぶ貴重な機会となりました。ご協力いただいた事業所の皆様、本当にありがとうございました。

## 「ボランティア募集掲示板」を設置しました



職員室前に「ボランティア募集掲示板」を設置しました。地域でのボランティア活動を通して、中学生が地域の方と関わり、人と触れ合い支え合う喜びを感じることは、地域への愛着を育て、地域の活性化につながるとともに、将来のより良い地域社会を築く力を育む大切な経験になると考えています。イベントや清掃活動、その他様々なお手伝いなど、中学生の力を活かせるボランティア情報がございましたら、ぜひ本校までお寄せください。この掲示板で参加を呼びかけてまいります。中学生の若い力が、地域の皆様の笑顔に貢献できるよう、今後ともよろしくお願いします。

**１０月の学校公開日は、１０月２０日（火）の１回です。**
**（公開は 8:30～16:50 、授業は 8:55～12:25、13:40～15:20、**
**文化祭準備期間のため、部活動は行いません。）**
**１０月３０日（金）は文化祭です。観覧スペース確保のため、**
**原則として、生徒のご家族の方のみの公開とします。**

○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）、
または Eメール yumiga-j@g.torikyo.ed.jp へお願いします。

弓ヶ浜中 HP