

和田公民館だより 令和8年9月

わだつみ



☎:28-8396 FAX:28-8346
E-mail wadaco@chukai.ne.jp

和田町人口動向 (R8.7.31 現在)

男:1,139 (-1) 女:1,239 (-6) 計:2,378 (-7)
世帯数 1,166 (-1)



和田公民館
ホームページ



和田公民館
公式Instagram

9月のおもな行事予定

日	曜日	行 事
1	火	保健師の出張! なんでも健康相談 10:30~12:00
2	水	第6回わだつみ塾 健康講座 13:30~15:00
6	日	マツ守り隊 8:00~ (和田浜旧キャンプ場)
8	火	ちょっこしやってみらいや 10:30~12:00
13	日	川さらえ 8:00~
17	木	和田地区敬老福祉大会 11:00~14:00
27	日	マツ守り隊 8:00~ (和田小学校灘)
		米子市体力テスト会 10:00~正午 (和田小学校体育館)
28	月	リモート運動 10:30~12:00
29	火	第7回わだつみ塾 介護予防講座 13:30~15:00

和田地区環境をよくする会からのお知らせ

川さらえ 9月13日(日) 8:00~ 小雨決行
よなごクリーン大作戦!(一斉清掃)
10月 4日(日) 8:00~ 小雨決行



米子市体力測定会

日時 9月27日(日) 午前10時~正午まで
受付 9時15分~10時
会場 和田小学校体育館
参加無料・予約不要 ※ 詳細は回覧をご覧ください



第6回 わだつみ塾 健康講座のご案内

「带状疱疹~発症予防と治療について」

日時: 9月2日(水)
講師: 鳥取大学医学部附属病院

皮膚科助教 江原 由布子 氏



第7回 わだつみ塾 介護予防講座のご案内

「楽しく笑って脳と体の体操」

日時: 9月29日(火) 13:30~15:00
講師: 養和メディカルフィットセンター「CHAX」

健康運動指導士 稲葉 将也 氏

和田地区敬老福祉大会

日時: 9月17日(木) 11:00~14:00

場所: ANA クラウンプラザホテル米子

※出席予定の方には案内が届きますので、乗車場所と時間をご確認ください。



和田芸能大会のご案内

地域の皆さん・同好会の方々のすばらしい演技をお楽しみに。



日時: 10月10日(土) 13:30~16:30

場所: 和田小学校体育館

※回覧をご覧ください。 プログラムは当日配布します。



~学習講座~

〈多世代交流 みんなでモルック体験〉

安田 智氏を講師にお迎えし、7月27日(月)に「モルック体験」を開催しました。小さなお子さんの参加もあり、年齢問わず楽しく体験でき、大変盛り上がりしました。



〈救命救急講習〉

米子市消防団女性分団の方2名をお迎えし、8月3日(月)「救命救急講座」を開催しました。いざという時、目の前の命を救うための知識を教えていただきました。



納涼盆踊り大会のお礼

8月15日(土)納涼盆踊り大会を開催しました。雨がぱらつき心配しましたが無事「子ども荒神太鼓」の音色とともにスタートすることができました。多くの方にご参加いただき、大いに盛り上がりしました。ご参加下さった地域の皆様ありがとうございます。役員の皆様、暑い中の準備から片付けまでありがとうございました。



第5回わだつみ塾 国際理解講座
「祖国ウクライナへの想い」

7月29日(水)ピロゴヴァ マリーナ氏をお迎えし、ウクライナの現状や、思い出などを話していただきました。現在も大変な状況が続き、親族のことを心配されている当事者の言葉は心に響きました。遠い国のことと捉えず身近に感じ、参加者からも質問がたくさんありました。平和について考える機会になりました。



公民館祭出場者 募集します!

10月25日(日)に開催する公民館祭のトラックステージで舞台発表を希望される方は公民館までご連絡下さい。



♪子育てサークル どれみふぁくらぶ♪

9月 8日(火) 10:30～ 和田公民館(合同サークル)
☆お問い合わせは和田公民館(28-8396)まで

♡♡♡お友達と一緒に遊びましょう♡♡♡



あなたのまちの保健師だよ!

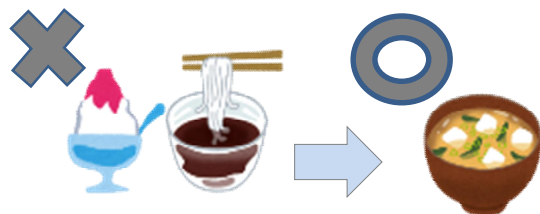
こんにちは。保健師の山野です。

暦の上では秋になりましたが、まだまだ暑い日が続いています。今年の夏も例年同様暑い日が多く、酷暑日も全国各地で観測される・熱帯夜が続くなどエアコンの出番も多かったのではないのでしょうか。熱中症予防のためにも適切なエアコンの使用を推奨していますが、つつい設定温度を必要以上に下げたり冷たい食べ物を多くとることで身体の外側からも内側からも冷やされてしまいます。

先月号でお伝えした「夏バテ」の状態のまま秋に突入すると、「秋バテ」にかかりやすくなります。胃腸の調子が悪くなったり、疲れが抜けにくくなったりするのはそのサインかもしれません。また、秋は日中は汗ばむほどの気温なのに、朝晩はぐっと冷え込む日もあり、体に大きな負担がかかります。こうした寒暖差や気候の変化は、自律神経の乱れを引き起こし、頭痛・肩こり・だるさ・不眠といった不調につながります。

秋の不調は気づかないうちに長引いてしまうこともあります。小さな違和感のうちに整えて秋・冬を元気に過ごすための準備をしていきましょう。

秋の体調管理のポイント



★冷たい飲み物や食べ物をとりすぎず、温かい食べ物も選ぶようにする

★体を温めて
血流を整える



★適度な運動で
自律神経を整える



和田っ子ニュース

夢・チャレンジ・協力「未来を創る和田っ子」の育成



米子市立和田小学校
校長 太田 敦弘

学校教育目標

和田小学校の学校教育目標は、

夢・チャレンジ・協力 「未来を創る和田っ子」の育成です。

和田小学校には、「のぞみの松」「たえぬきの砂」「思いやりの海」という三つの合い言葉があります。

この三つの合い言葉を大切にしつつ、わかりやすい言葉で表したのが、

夢・チャレンジ・協力です。

のぞみの松
～目標を持ち進んで学ぶ～

■夢や目標をしっかり持ち、「自分で」「自分から」学習活動や行事などに取り組む子

夢

たえぬきの砂
～ねばり強く挑戦する～

■自分で判断し、最後まで、あきらめずにやりきる、ねばり強く挑戦し続ける子

チャレンジ

思いやりの海
～励まし合い助け合う～

■一人一人が違いを認め合い、友達と励まし合いながら助け合っていける子

協力

学校づくりの最も基本となるのは、子どもたちの夢や願いです。そして、それを支えるのが学校・保護者・地域の願いです。和田小学校は米子でいちばん小さな学校ですが、米子でいちばん夢や願いがあふれる学校づくりを、子どもたちと一緒に進めていきたいと思っています。



学校教育目標をもとに「よい学校をつくろう集会」で子どもたちが決めた児童会目標です。今年1年間、この目標に向かって前進していきます。