

住吉から版

米子市住吉公民館

〒683-0845 米子市旗ヶ崎7丁目17番30号

TEL 29-5310 FAX 29-5375

E-mail sumiyosi@chukai.ne.jp



《 7月行事予定 》

6日(月)	学習講座②	10:00～12:00
9日(木)	スマホ教室	
13日(月)	健康相談	10:00～12:00
13日(月)	ふらっと体操	10:30～12:00
14日(火)	救急救命講習会	10:00～12:00
17日(金)	学習講座③	10:00～12:00
21日(火)	見守り活動	
21日(火)	大学講座⑤人権講座	13:30～15:00
23日(木)	スマホ教室	
30日(木)	わいわいフェスティバル	

公民館大学のお知らせ

第5回 人権講座

日時：7月21日(火) 13:30～15:00
場所：住吉公民館
講師：メディカルフィットネスセンター
CHAX 課長 石丸 知氏
演題：「パラスポーツから学ぶ人権
～誰もが輝ける共生社会を目指して～」

第6回 介護予防講座

日時：8月7日(金) 13:30～15:00
場所：住吉公民館
講師：健康運動指導士 山川 了史氏
演題：「誰でもできる
やさしい継続できる運動」

学習講座「ミニ畳づくり」

講師：有限会社 松本畳装店
代表取締役 松本 竜治氏
日時：7月6日(月) 10:00～12:00
参加費：300円 持ち物：裁ちばさみ
※定員になりましたので締め切りました。
※申し込まれた方は忘れずにお越しください。

学習講座「フルイドアート」

講師：米子市立美術館 学芸員
日時：7月17日(金) 13:30～15:00
定員：15名
参加費：500円
持ち物：汚れても良い服、エプロン
申込み：住吉公民館(☎29-5310)までお申し込みください
※ 住吉公民館に見本が置いてあります。

納涼祭についてお知らせ

日時：8月1日(土) 17時～20時
場所：住吉公民館 ふれあい広場
※各戸配布されるチラシをご覧ください。

振替休館日のお知らせ

納涼祭の振替のため、8月3日(月)は職員が不在となります。部屋の使用はできますので事前に申し込み、鍵の借用をお願いいたします。

「わいわいフェスティバル」

主催 住吉子ども事業実行委員会
共催 住吉地区青少年育成会

昨年大好評だった「わいわいフェスティバル」を今年も開催します！自由研究に役立つかも☆
日にち：7月30日(木)

場所：住吉公民館
内容：午前の部(子ども料理教室)
午後の部(スライム時計作り、
空気砲を作って遊ぼうなど)
※詳しくは住吉小学校から、後日配布されるチラシをご覧ください。



「救急救命講習会」

住吉地区社会福祉協議会主催 シニア事業
平谷劇団(旗ヶ崎二区自治会有志)は、寸劇を通してAEDが使えない場合でも、命をつなぐために何ができるのかを分かりやすくお伝えします。

「あなたの行動が、その人を助ける最後のチャンスになるかもしれない。」ぜひ一緒に、命を守るための知識と勇気を学びましょう。

日時：7月14日(火) 10:00～12:00
場所：住吉公民館 2階 集会室
申込み：不要です。当日お越しください。

出張スマホ教室

住吉地区社会福祉協議会主催 シニア事業
講師 旗ヶ崎二区自治会 坂本 正巳氏
場所 住吉公民館 学習室
対象 住吉地区にお住まいの65歳以上の方
スマホを持ってお越しください
申込み 不要です
日時 7月9日(木)、7月23日(木)
①10:00～11:30、②13:30～15:00



たんぽぽサークル ～子育てサークル～
(未就学児と保護者対象) 時間 10:30～11:30
【7月の予定】

7日(火) キッズの先生と遊ぼう

21日(火) ベビーマッサージ

(Kizuna:折戸先生) バスタオル持参



住吉公民館大学

【歴史講座】

「昭和100年、米子の歴史を振り返る」

日 時: 6月9日(火) 13:30～15:00

講 師: 米子市立山陰歴史館

主任学芸員 笹尾 庸嵩 氏



校区民ソフトバレーボール大会の結果

6月14日(日)住吉体育館にて校区民ソフトバレーボール大会が開催されました。選手の皆さん、役員の皆さんお疲れさまでした。

《試合結果》優 勝 旗ヶ崎三区北自治会
 準優勝 旗ヶ崎四区自治会



旗ヶ崎三区北自治会



旗ヶ崎四区自治会

～ありがとうございました～

6月4日(木)住吉地区老人クラブ連合会のみなさんが除草作業をしてくださいました。

おかげさまで公民館周辺がとてもきれいになりました。暑い中、お世話になりました。



保健師の出張！なんでも健康相談

赤ちゃんから大人の方までどなたでも、お気軽にお越しください。

- ・血圧測定、体脂肪測定、握力測定、赤ちゃんの体重測定
- ・健康に関する相談など

■と き 7月13日(月) 10:00～12:00

■ところ 住吉公民館 1階 学習室

■予約不要・無料

■問合せ 米子市健康対策課

ふらっと体操

ふらっと体操を公民館で中継放送します。公民館では画面に向かって運動をします。途中参加・退場できますので、気軽にご参加ください♪

■と き 7月13日(月) 10:30～12:00

■ところ 住吉公民館 2階 集会室

■予約不要・無料

■問合せ 米子市フレイル対策推進課

あなたの骨は大丈夫？ 骨量測定&健康講座

骨の強さを表す骨量は年齢を重ねると減っていきます。骨量測定であなたの骨の健康状態を調べてみませんか？骨粗しょう症予防のための食事や運動についてもお伝えします。

日 程: 8月4日(火)

10:00～11:30(受付9:30から)

場 所: 住吉公民館

内 容: ①健康講座(骨粗しょう症予防のための運動、食事の話)

②骨量測定(かかとの骨を超音波で調べる簡単な検査)

講 師: 保健師・管理栄養士・リハビリ専門職

申込み: 7月7日から受付開始します。住吉公民館(☎29-5310)までお申し込みください。

定 員: 申込み先着 20 名まで

参加費: 無料

主 催: 米子市健康対策課

※片足だけ裸足になっていただくので、脱ぎやすい靴下等でお越しください。

※動きやすい服装と上靴、水分補給ができる準備をしてお越しください。



「お 礼」

旗ヶ崎三区南自治会の清水 法男様より、折りたたみ式麻雀卓と、麻雀牌を寄贈していただきました。ありがとうございました。

