

# 明道公民館だより



## 行事予定

- 3日(金) 野外学習  
『大山祈りの歴史と春を訪ねて』
- 12日(日) ふらばーるバレーボール大会
- 15日(水) 友愛訪問
- 21日(火) あすなろ学級  
『家のお手伝い 今と昔』
- 28日(火) 出張! なんでも健康相談  
// 人権・同和教育推進協議会総会

## 学習講座のご案内

### 第2回

#### 「スマホでフレイル予防①」

日 時: 7月6日(水) 13:30~15:00

場 所: 明道公民館

内 容:

フレイル講座 お口の健康!  
オーラルフレイルを学ぼう  
スマホ教室 インターネットで調べよう



### 第3回

#### 「スマホでフレイル予防②」

日 時: 7月20日(水)

13:30~15:00

場 所: 明道公民館

内 容:

フレイル講座 骨折予防(骨密度測定)  
スマホ教室 カメラ機能を学ぼう



講 師: 医療法人養和会メディカルフィットネスセンター CHAX  
石丸 知 氏

ドコモショップ米子店  
井上 大輔 氏

定 員: 15名

持ち物: スマホ(体験用の準備もあります)  
申込み: できるだけ2回の受講をお願いします。  
(どちらか1回でも受講可)

## 米子市明道公民館

〒683-0067 米子市東町124

TEL 34-3074 FAX 34-3088

E-mail meidoh@chukai.ne.jp



QRコード

スマホで明道公民館のホームページを直接ご覧いただけます。QRコードでアクセスしてください。

## あすなろ学級のご案内

### <人権講座>

#### 「家のお手伝い 今と昔」

~ヤングケアラー相談窓口から見たこと~

日時: 6月21日(火) 13:30~15:00

場所: 明道公民館 第1研修室

講師: N.K.C ナーシングコア  
コーポレーション合同会社

代表 神戸 貴子 氏

\*子どもが子どもでいられる社会を目指して、『ヤングケアラー』を支える地域づくりについて学びましょう。

—今後の予定—

7月19日(火)

<介護予防講座> 「楽しく笑って脳と体の体操!」

8月2日(火)

<家庭教育講座> 「題名未定」

## <ふらばーるバレーボール大会>

日 時: 6月12日(日)

午前9:15~

場 所: 湊山体育館

ふらばーるバレーボールは、  
おにぎり型のビーチボールを  
使うバレーです。経験を問わ  
ず楽しめるスポーツです♪



お気軽にご参加ください♪

新型コロナウイルス感染症の発生状況によっては、公  
民館の行事などが中止となる場合があります。その  
場合は放送・ホームページなどでお知らせします。



## 公民館からお知らせ

公民館の1階学習室のエアコン取り換え工事を下記の日程で行います。

工事期間中は、部屋の利用はできませんので、ご協力いただきますようお願いいたします。

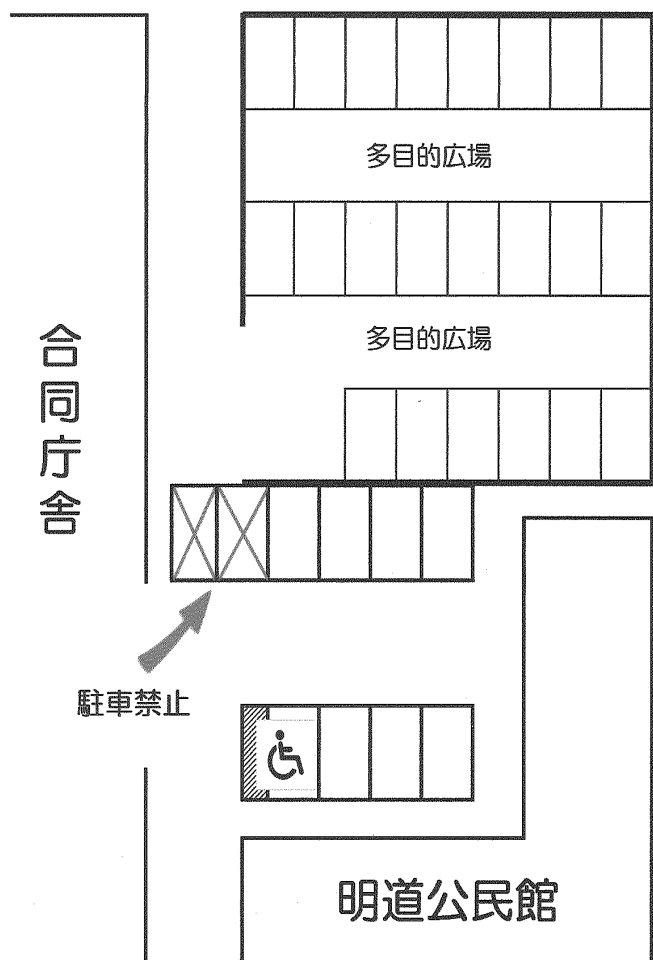
**工事期間：6/28(火)～7/2(土)**

## 公民館からお願い

この度、多目的広場（旧 テニスコート）への駐車が可能になりました。

つきましては、広場前の向かって左側の2台分は、多目的広場への出入り口に付き、絶対に駐車しないようにお願いします。（中に駐車した方が出られなくなります。）

公民館を利用される方々にとって利用しやすい多目的広場になるよう、ご協力をお願い致します。



## ペタンク大会結果

5月15日（日）明道小学校グラウンドで、晴天の中、自治会参加9チームと体育部チームの10チームで、5チームずつのリーグ戦を行いました。結果は以下の通りです。

選手及び体育部の皆さまお疲れさまでした。

**優勝**

**準優勝**

**紺屋町Bチーム**

**体育部チーム**

## 親睦グラウンド・ゴルフ大会 開催のご案内

- ☆主 催：明道地区社会福祉協議会
- ☆と き：7月2日（土） 午前8:30 集合  
開 会 式 9:00～  
試合開始 12:00 終了予定
- ☆ところ：明道小学校グラウンド
- ☆参加対象者：明道校区民（小学5年生以上）
- ☆持ち物：飲み物（熱中症予防）、タオル、マスク着用
- ☆申し込み：6月24日（金）までに、明道公民館までお願いします。

\*詳細については、回覧をご覧ください。

明道公民館（平日 8:30～17:00）  
TEL34-3074 FAX34-3088  
e-mail: [meidoh@chukai.ne.jp](mailto:meidoh@chukai.ne.jp)

## 【保健推進員会からのお知らせ】

気持ちよく体を動かして健康寿命を延ばしましょう！ご近所の方もお誘い合わせの上、是非ご参加ください。

◆日 時：6月29日（水）  
10時～11時

◆場 所：明道公民館

◆内 容：「楽しくフレイル予防」  
～つま先から頭まで～

◆講 師：米子市健康対策課  
理学療法士 石田陽子さん

◆その他：飲み物（熱中症予防のため）、  
タオル、マスク

\*発熱・咳・喉の痛みなど体調に不安のある場合は参加をご遠慮下さい。

