



第5回 11/18(金) 『キムチづくり』

講師に永川榮子氏をお迎えして、キムチ漬けの作り方を教えて頂きました。
本格キムチの仕込みが完成しました。出来上がりが楽しみです♪

第十五回 福米地区戦没者慰霊祭 が開催されました

3年ごとに開催されておりました福米地区戦没者慰
霊祭が 11/16 (水) にびあべル米子にて開催され
ました。
ご冥福をお祈りいたします。



リモートふらっと

【映像を見ながら一緒に運動しませんか？】

リハビリ専門職による運動教室「ふらっと運動体験」の様子を中継放送します。
(予約不要、参加希望の方は当日会場にお越しください。)

■日時 令和4年12月16日(金曜日) 午前10時30分～11時30分

■会場 真誠会セントラルレジデンス

■持ち物 上履き、水分補給用の飲み物、汗拭きタオル

■参加費 無料

■お問合せ 米子市健康対策課 23-5458

※中継放送のため、運動指導者は真誠会セントラルレジデンスには来ません。



保健師の 出張！なんでも健康相談



福米地区担当保健師の中村です。

生活習慣、健康のこと、日ごろの心配事など、どなたでもどうぞ。
血圧・体脂肪測定・握力測定をします。
赤ちゃんの体重測定もしています。



＊発熱・風邪症状がある
方はご遠慮ください。
来られる際はマスクの着
用をお願いします。

日時：令和4年 12月 15日 (木)

午前9時30分から11時30分 (お好きな時間にお越しください)

場所：福米西公民館

米子市健康対策課 23-5452