

# 淀江公民館だより

令和5年  
3月号

米子市淀江町淀江796  
Tel: 56-3222  
Fax: 56-3673  
Email: yodoeco@sea.chukai.ne.jp  
第214号

## ひな人形ロビー展示

3月3日のひな祭りに合わせ、地域の方にひな人形を飾っていただきました。ぜひお立ち寄りください。

日時 2月中旬～3月下旬まで  
9時～17時

場所 淀江公民館ロビー



## 『保健師の出張！なんでも健康相談』 &『淀江地域包括支援センター出張相談』

日にち：3月22日（水）  
時間：午後1時30分から3時30分  
午後2時～ 食べて健康！ミニ講座  
(テーマ：じょうずに減塩)

場所：淀江公民館

試食あり  
予約不要です！

控えたほうがいいのはわかっているけど、なかなかできないのが減塩。

無理なく、上手に塩分を控えて、おいしく食べるコツを管理栄養士がお伝えします。実際に食べて、体験してみませんか？



包括支援センターによる、介護についてなど高齢者のなんでも相談も同時開催します。

赤ちゃんから大人の方まで、心配事やお困り事がない方でも、どうぞ気軽にお出かけください。

【内容】

- ・血圧測定、体脂肪測定、握力測定
  - ・「フレイル」チェック（元気度チェック）
  - ・物忘れチェック
  - ・赤ちゃんの体重測定、子どもさん、妊婦さんの健康相談
  - ・その他、健康のことで聞いてみたいこと など
- \* 健診結果や血液検査の結果等がありましたら、ご持参ください。

問合せ先：米子市健康対策課 23-5452



## 新刊図書のご案内

### ■第168回芥川賞受賞作

「この世の喜びよ」 井戸川 射子 著

### ■第168回直木賞受賞作

「しろがねの葉」 千早 茜 著

### ■2023年本屋大賞ノミネート作

「川のほとりに立つ者は」 寺地 はるな 著

### ■2023年版このミステリーがすごい第1位

「爆弾」 呉 勝浩 著

### ■絵本

「ノラネコぐんだんラーメン屋さん」 工藤ノリコ 作

「パンどろぼう おにぎりぼうやのたびだち」 柴田ケイコ 作

### ■写真集

「米子・境港・西伯・日野の100年」 貸出しはじめます！



## ときわ学園コーナー

### ■役員・新世話人会

3月17日（金）10：00～

2月17日（金）のときわ学園閉講式では、令和4年度事業報告・会計報告、各サークル代表から活動報告がありました。

新型コロナウイルスの感染が続いている状況も踏まえ、短時間での開催となりました。

最後にアトラクションとして、國頭公民館長にギターの弾き語りを披露していただきました。



亀山会長より  
事業報告



國頭館長による  
ギター弾き語り



サークルの活動報告  
みんなでGOGO体操をしました！

## ☆☆公民館からのお願い☆☆

エアコンの消し忘れ、電気の消し忘れが多くなっています。お帰りの際にはもう一度確認をお願いします。



エアコンは本体の真下で、リモコンを近づけて切るようにして下さい。消えたかどうかは音で確認するようお願いいたします。



## 3月のおもな行事

- 22日（水） 出張！なんでも健康相談 & 包括支援センター出張相談
- 23日（木） 淀江地区自治会長連合会 新年度役員選出会



《3月同好会》日程は変更になることがあります

1	水	さざんか・手話サークル・洋裁 やって未来や
2	木	木曜の会・手芸・なかよしダンス
3	金	三味線教室・健康マージャン・コール白樺 傘踊り
4	土	囲碁
5	日	
6	月	キャットミント・詩吟・ごきげんピクス
7	火	囲碁・ヨガ・キッズ空手道
8	水	さざんか・ガラスアート・洋裁 やって未来や
9	木	ときわそば・なかよしダンス・ごきげんピクス
10	金	三味線教室・傘踊り・パッチワーク
11	土	キッズクラブ・囲碁
12	日	
13	月	GOGO体操・ごきげんピクス
14	火	囲碁・ヨガ・キッズ空手道
15	水	さざんか・手話サークル・洋裁 やって未来や
16	木	ときわ料理・手芸・なかよしダンス ごきげんピクス・木曜の会
17	金	三味線教室・健康マージャン・コール白樺 傘踊り
18	土	キッズクリニカルアート・囲碁
19	日	
20	月	詩吟・ごきげんピクス
21	火	囲碁・ヨガ
22	水	さざんか・やって未来や・洋裁 花とあそび
23	木	なかよしダンス
24	金	三味線教室・傘踊り・パッチワーク
25	土	囲碁
26	日	
27	月	GOGO体操・キャットミント
28	火	囲碁・ヨガ・キッズ空手道
29	水	さざんか・やって未来や・洋裁
30	木	なかよしダンス・ごきげんピクス
31	金	三味線教室・傘踊り

## ～食生活改善推進員になりませんか～ 養成講座受講生募集

生涯を通じた食育の推進、健康づくりの担い手として、地域の活動をする食生活改善推進員のための養成講座受講者を募集します。食に関するさまざまな知識を習得してみませんか。

【対象】 淀江町内在住の方で、講座修了後推進員として活動できる方

【募集人数】 2名（先着順）

【日時】 5/9、6/6、7/7、9/5、10/6、11/7

午前9時40分から午後1時30分

（5/9のみ午前10時～正午）

【内容】・テーマにそった調理実習（減塩など）

・講義（健康づくりに関すること食育、生活習慣病予防など）

【費用】 実習材料費（1回あたり300円程度）

【場所】 米子市福祉保健総合センター（ふれあいの里）

【申し込み・問い合わせ先】 米子市健康対策課健康総務担当

（Tel 23-5452）

【申し込み締切】 令和5年3月31日（金）



## 淀江子育てサークル ひよっこくらぶ

親子で一緒に遊んだり、お話ししたり…  
淀江公民館でゆったり過ごしませんか？

開催日 3月2日（木）手形スタンプ作り・おはなし  
4月6日（木）そとあそび（しゃぼん玉・お花

見）

時間 各開催とも10:00～11:30

会場 淀江公民館

参加無料・申込不要

淀江地区民生児童委員協議会

## 米子市立図書館移動図書館車 つつじ号のお知らせ

日時：3月10・24日（金）

\*淀江公民館 14:30～15:20

日程は変更になる場合もあります。

お問合せ：米子市立図書館（電話：22-2612）



## 淀江中学校より

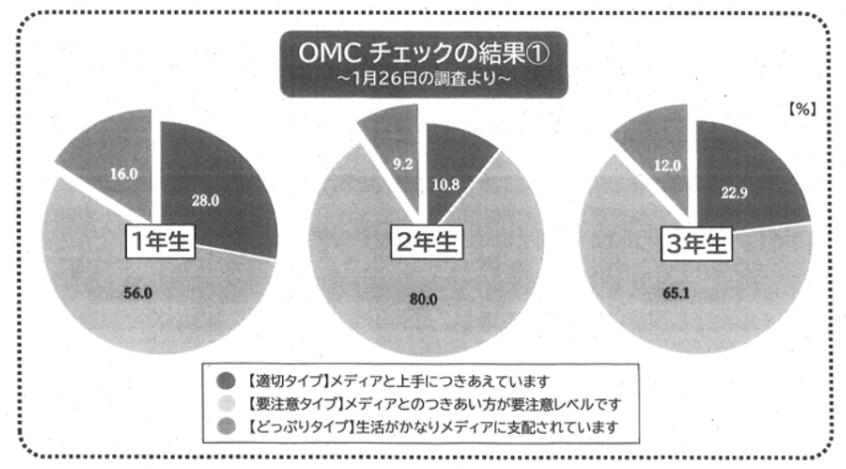


2月10日から16日までの期末テスト前部停期間中、「アウトメディアキャンペーン」（略してOMC）を保健委員会と図書委員会の初のコラボ企画として実施しました。

今回の「アウトメディア」という考え方は、メディアを禁止してしまうのではなく、今後上手に付き合っていくために、自分の使用頻度がどのくらいなのかをチェックし、さらに使用を控えるよう努めることで、空いた時間をテスト勉強や読書、家の手伝いなどの活動にあてて有意義に過ごそうというものです。

まずは第1弾として、1月26日にメディアの利用頻度について調査しました。結果を見ると、学年を問わず全体的にメディアの使用頻度が高い人が多いようです。

下の調査結果を参考にしながら、中学生の現状を地域の方々にも広く知っていただき、地域を挙げて上手にメディアとつきあう方法などを考えていけたらと考えます。



## 宇田川公民館からのお知らせ

●宇田川公民館で豆腐づくり●

3月15日（水）13:00～

参加費 250円（おから 豆腐2丁 持ち帰り）

定員 先着8名

締切 3月8日（水）

申込み：宇田川公民館（56-2086）まで



●宇田川公民館での燻製講座●（燻製の会さんによる）

3月17日（金）9:00～

※16:00～17:00に出来上がりを取りに来てください

参加費 1000円（チーズ1本 さば片身2枚 持ち帰り）

定員 先着8名

締切 3月10日（金）

申込み：宇田川公民館（56-2086）まで



## 防災研修会 を開催しました



1月27日、淀江地区防災委員会と自治会長連合会で合同の防災研修会を開催しました。

米子市総合政策部地域振興課調整官の眞壁康夫氏を講師にお迎えし「自主防災組織」についてご講演いただきました。

自主防災組織の必要性・淀江地区自主防災組織の結成状況を説明。西暦1699年（元禄12年）の淀江元禄大火から現在までの淀江地区で発生した災害についてもお話いただきました。

昨年の淀江公民館文化祭では、防災コーナーを設置し地域の皆さんに、非常持ち出し袋の中身を展示し、実際に手に取ってご覧いただきました。アンケートに答えて下さった方には防災食をお渡ししました。アンケートでは「災害を想定し、自治会ごとの避難計画があったほうが良いと思いますか？」の問いに、97%の方が「あったほうがよい」と回答されました。

令和4年度から発足した「淀江地区防災委員会」では、防災委員・自治会長・各種団体と合同で研修会を実施してきました。

各自治会でも、防災の取り組みが少しずつ活発になってきています。

今後も地域全体で、防災について考えていきましょう。

住民皆様のご意見・ご協力をよろしくお願いいたします。

## 淀江地区防災委員会



### 《香典返し寄付》

荒木 正雄 様（4区の2） 御母堂 久子 様

荒木 公雄 様（今津） 御母堂 雅子 様

～皆様のご善意のご寄付ありがとうございました～

（1月16日～2月15日受付分）

淀江地区社会福祉協議会

