

令和6年 10月 就将公民館だより

〈電話〉32-9390 〈ファックス〉32-9405 〈発行〉就将公民館
〈E-mail〉syusho@chukai.ne.jp

〈住所〉米子市大谷町 1-1 だより ホームページ

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



Instagram
テスト配信中

○今後の主な予定○

10月

- 1日(火) 学習講座「ゆるゆる筋膜はがし」
- 3日(木) みらい塾教養講座「あんしん終活ノート」
- 5日(土) 就将小学校運動会
- 6日(日) 米子市一斉清掃
- 7日(月) 健康講座「コレステロールのよもやま話」
- 10日(木) 学習講座「尿ケア講座」
- 14日(月・祝) スポーツの日／休館
- 16日(水) 友愛訪問
- 17日(木) 公民館祭最終打合せ会
- 17日(木) ワイワイ大人の音読教室
- 21日(月) 楽しく♪フレイル予防(リモート運動)
- 24日(木) 保健師の出張!なんでも健康相談
- 27日(日) 公民館祭
- 28日(月) 公民館祭振替休館

11月

- 1日(金) みらい塾人権講座『子ども食堂』
 - 8日(金) みらい塾現地学習(弓浜方面)
 - 16日(土) ワイワイ子ども音読教室
 - 20日(水) 友愛訪問
 - 21日(木) ワイワイ大人の音読教室
 - 24日(日) ふらばーる・バレーボール大会
 - 28日(木) 保健師の出張!なんでも健康相談
- ※予定は変更になることもあります。

就将みらい塾のお知らせ

◆第7講教養講座

「もしもの時のあんしん終活支援ノートの活用」

10月3日(木) 午後1時30分から午後3時

◆第8講人権講座

『子ども食堂』の理解を深めよう

11月1日(金) 午後1時30分から午後3時

◆第10講音楽講座／閉講式

「チューバで奏でる名曲の数々」

12月3日(火) 午後1時30分から午後3時

公民館祭 10月27日(日) 午前9時～午後3時

作品展示、舞台発表、バザー、子ども用フリマ、防災体験コーナー、健康コーナーなど、賑やかに開催します。

公民館に来られた方は全員が「お楽しみ抽選」に応募できます。作品の一般募集もしています。子ども会育成会の段ボール迷路も同時開催(就将小学校体育館)。詳しくはチラシをご覧ください。

「子ども用フリマ」の準備のため、ご自宅でお持ちの衣料品の提供をお願いしています。詳しくは自治会の回覧をご覧ください。(主催:おさがりどうぞの会)

【健康講座】

主催:就将地区社会福祉協議会

日時:10月7日(月) 午後1時30分から午後3時

場所:就将公民館集会室

内容:『コレステロールのよもやま話』

講師:鳥取大学非常勤講師木村宏二先生

※申込み不要どなたでもご参加いただけます。

【みらい塾第9講現地学習】

日時:11月8日(金) 就将公民館発着

午前9時出発 午後4時帰着

行程:米子水鳥公園、本池美術館ほか(弓浜方面)

昼食:はちまん茶屋(うどん御前またはそば御前)

会費:2,500円(70歳以上の方は2,200円)

定員:※20名(みらい塾生優先。残席があれば一般も可)

受付:10月7日(月)から。

会費を添えてお申し込みください。



体育部からお知らせ

11月24日(日)にふらばーる・バレーボール大会を開催します。1チーム5名～7名です。

参加希望チームは自治会の体育部員までお知らせください。公民館への申込み締め切りは11月7日(木)です。

裏面もご覧下さい ↓

【10月 マンマ子育てサークル】

《自主活動》『育児・しゃべり場』

日 時：10月9日（水）

午前10時～11時30分

場 所：就将公民館 2階和室

内 容：育児全般、特に入園事情などを話し合ってみましょう♪

参加費：無料

持ち物：水分補給用のお茶、各自必要な物

《自主活動》『みかん狩り』（要申込み）

日 時：10月23日（水）

午前10時～11時30分

場 所：安来観光みかん園 現地集合

内 容：旬のみかんを食べ放題。親子で満喫！

参加費：大人1,000円 3才以上 500円

持ち物：水分補給用のお茶、タオル、ごみ袋、その他各自必要なもの

申込み：10月16日（水）までに公民館まで。

保健師の《出張！なんでも健康相談》

10月24日（木）（栄養士います）、11月28日（木）
公民館図書室

午前9時30分～11時30分



保健師の酒井です。月1回開催しています。予約不要です。赤ちゃんから大人の方まで、どなたでもお越しください。



米子市健康対策課 ☎23-5454

毎月第4木曜日の午前に開催します。

ふらっと、気軽にお立ち寄りください。

10月は**栄養士**もいます。予約は不要です。

塩分チェックもしています。

塩分を減らすには？ おやつをつい食べてしまう？

たんぱく質を上手に摂る工夫は？

子どもの離乳食の相談も OK。

赤ちゃんから大人の方までどなたでもお越しください。

《おうちの塩分をチェックします》

ご自宅のみそ汁か吸い物50mlを、密閉できる清潔なビンなどに入れてお持ちください。数分で塩分チェックができます♪



秋のバス研修のご案内

主催 就将地区社会福祉協議会

日 時：令和6年11月14日（木）

午前9時～午後4時

集 合：午前8時50分 就将公民館

行き先：鳥取市方面

前田商店「天ぷらお絵描き体験」（ひら天に食色で絵を描いてその場で揚げてもらいます。※何の絵を描くか考えてきてください）⇒ 昼食（砂丘センター）⇒わったいなで買い物⇒青谷かみじち史跡公園

対象者 就将地区の65歳以上の方

定 員：30名（先着順） 参加費 2,000円

申込み：10月15日（火）～電話申込み不可、参加費を添えてお申し込みください。



もう一度行ってみたい小豆島

紅葉ツアー（主催 就将の宝散策の会）

日にち：令和6年11月25日（月）

集合：就将公民館 午前6時45分（時間厳守）

出発：午前7時

公民館着：午後7時30分

参加費：17,000円（当日集金）

定員：20名 受付：10月7日（月）から。

申込み：公民館まで。

問い合わせ先：

（代表）角真一氏 090-1188-0211

※キャンセルは11月18日まで



第12回就将地区グラウンド・ゴルフ愛好者大会

《主催》就将地区老人クラブ連合会

《共催》就将公民館

爽やかな季節、グラウンド・ゴルフで楽しみましょう。

日時：令和6年11月2日（土）受付午前8時

※予備日／11月16日（土）

会場：どらドラパーク東山スポーツ広場

参加資格：校区内に居住するグラウンド・ゴルフ愛好者。初めて参加の方も大歓迎！

参加費：無料

参加申込は各自治会に配布の申込用紙をご使用ください。（10月23日（水）必着）