

令和6年 11月 就将公民館だより

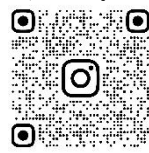
〈電話〉32-9390 〈ファックス〉32-9405 〈発行〉就将公民館

〈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○

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)
- 10日(日)新加茂川清掃
- 13日(水)マンマ子育てサークル定例会
- 14日(木)秋のバス研修(社会福祉協議会)
- 14日(木)ワイワイ大人の音読教室(第2木曜に変更)
- 15日(金)午後閉館/(研修会参加のため)
- 20日(水)友愛訪問
- 21日(木)楽しく♪フレイル予防(午後1時30分～)
- 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

12月

- 3日(火)みらい塾音楽講座/閉講式
 - 6日(金)無料出前法律講座(相続登記と空き家)
 - 11日(水)友愛訪問
 - 12日(木)おいしく食べて健康づくり教室
 - 12日(木)ワイワイ大人の音読教室(第2木曜1時30分～)
 - 13日(金)学習講座韓国料理を作ってみよう
 - 16日(金)楽しく♪フレイル予防(午前10時30分～)
 - 26日(木)保健師の出張!なんでも健康相談
 - 28日(土)～1月5日(日)年末年始休館
- ※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8講『子ども食堂』11月1日(金)

◆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

講師:チューバ奏者 鈴木博志氏

電子ピアノ伴奏 鈴木ちづみ氏

講座終了後、閉講式を開催します。

～お知らせ～11月15日(金)は、新生ブロック公民館連絡協議会研修会に出席のため正午に事務室を閉めさせていただきます。公民館は通常通り使用できますので、事前の申込みと鍵の借用をお願いいたします。

New 「健康マージャン教室」(同好会)

12月から開始(毎月第1・3木曜日)。

11月に体験会開催!! 参加者募集!

脳トレ、コミュニケーションの広場として、楽しく、新しい趣味を始めるために、公民館に出かけませんか?

《健康マージャン体験会》2回

■日にち:11月7日(木)、11月21日(木)

■時間:午後1時30分から午後3時30分

■場所:就将公民館1階図書室

その他:体験会は無料です。お気軽にご参加ください。参加希望の方は、準備の都合上公民館までお知らせください。



新加茂川清掃 11月10日(日)

■集合:9時30分までに就将公民館玄関で受付

■清掃場所:イオン米子駅前店側の新加茂川横の遊歩道 (少雨決行)

■持ち物:軍手

※準備の都合上事前のお申込みが必要です。

※荒天で中止の場合は当日の朝放送します。



楽しく♪フレイル予防 11月21日(木)

11月は健康運動指導士による『フレイル予防運動教室』です。からだの症状にあわせた、おうちでも続けられる運動をご紹介します。

■講師 健康運動指導士 ^{やまかわあきお} 山川了史さん

■日時 令和6年11月21日(木)

午後1時30分～3時00分

■会場 就将公民館 ■参加費 無料

■持ち物 上履き、水分補給用の飲み物等必要なもの

■問合せ 米子市フレイル対策推進課 23-5458



学習講座《韓国料理》日にち決定

国際交流員さんと一緒に、韓国風海苔巻き「きんば」を作って食べよう! 詳しくは12月号でお知らせします。日にち12月13日(金)午前～昼!

裏面もご覧下さい ↓

【11月 マンマ子育てサークル】

《定例会》

日 時：11月13日（水）
午前10時30分～

場 所：就將公民館 2階和室

内 容：手遊びをしたり、みんなで工作をして
楽しみましょう！

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》『消防署見学会』（要申込み）

日 時：11月27日（水）
午前10時～11時

場 所：米子消防署 現地集合
（米子市富士見町1丁目103-1）

内 容：みんな大好きはたらく車！見てみよう！

参加費：無料

持ち物：水分補給用のお茶、各自必要なもの

申込み：11月20日（水）までに公民館まで。

《就將地区ふらばーるバレーボール大会》

11月24日（日） 湊山体育館

※おにぎり型のビーチバレーボールを使って
するバレーボールで、経験・年齢を問わずどな
たでも楽しんでいただけるスポーツです。

◆会場 湊山体育館

◆時間 9：30開会（午前中で終わる予定です）

◆編成 自治会単位でチーム編成
1チーム5～7名
2チーム以上の出場も可

◆申込み：参加申込は11月7日（木）までに、
各自治会の体育部員さんを通じてお申し込みください。



New 無料出前法律講座 12月6日（金） 「相続登記と空き家問題について」

司法書士さんから不動産や相続登記、空き家
問題などについてお話を伺います。

お気軽にお出かけください。

◆日時：12月6日（金）午後1時30分から3時

◆場所：就將公民館図書室

◆その他：無料です

保健師の《出張！なんでも健康相談》

11月28日（木）、12月26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。

New おいしく食べて健康づくり教室

テーマは「バランス食で糖尿病予防」12月12日

バランスのよい食事は健康的な食生活の基本で
す。血糖値が気になる方もそうでない方も、食事
バランスについて楽しく学んでみませんか？

◆日時：12月12日（木）午前10時～午後1時

◆内容：調理実習と健康づくりのお話し

◆材料費：300円（当日集金）

◆持ち物：エプロン、三角巾

※11月29日（金）までに公民館までお申込みく
ださい。

9/29

運動会、ありがとうございました！



借り人競走
『公民館長さん』



総合優勝錦海町♪



パン食い競走



300歳以上リレー



綱引き