令和8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

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。

だより　ホームページ　SYUSYOUKOUMINKAN インスタグラム 配信中

○今月の主な予定○

11月

3日（火）文化の日（休館）
6日（金）太鼓の達人
8日（日）新加茂川清掃
9日（月）フレイル予防
11日（水）みらい塾現地学習（奥出雲方面）
12日（木）マンマ子育てサークル定例会
15日（日）ふらばーるバレーボール大会
17日（火）保健師の出張!なんでも健康相談
18日（水）友愛訪問
20日（金）太鼓の達人
23日（月）勤労感謝の日（休館）
26日（木）マンマ子育てサークル「クッキー作り」
27日（金）太鼓の達人

12月

2日（水）みらい塾　音楽講座・閉講式
7日（月）リモート運動・栄養講話
8日（火）大掃除
9日（水）友愛訪問
11日（金）太鼓の達人
16日（水）おいしく食べて健康づくり教室
18日（金）太鼓の達人
24日（木）保健師の出張!なんでも健康相談
29日（火）～1月3日（日）年末年始休館
※予定は変更になることもあります。

御礼



公民館祭バザーの開催に際し、
今年も感応寺様からたくさんの
砂糖を寄贈していただきました。
ありがとうございました。

【みらい塾】

第10講　音楽講座／閉講式
ハンドベルで素敵なひととき

▶日　時　12月2日（水）午後1時30分～3時
▶場　所　就将公民館 2階 集会室
▶講　師　ハンドベル「クレエ」のみなさん
今年度最後のみらい塾です。
素敵な音色のハンドベルの体験も出来ますので、みさなまぜひご参加ください。みらい塾生ではない方も大歓迎です！

【体育行事】

就将地区ふらばーるバレーボール大会

おにぎり型のビーチバレーボールを使って行うバレーボールで、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。
▶日　時　11月15日（日）
午前9時30分～12時頃
▶会　場　湊山体育館
▶チーム編成　自治会単位で1チーム5～7名
▶申込締切　11月5日（木）就将公民館まで
※各自治会の体育部員さんを通じてお申し込みください。

年末大掃除のお知らせ

日頃公民館をご利用されているみなさんで公民館をきれいにして新年を迎える準備をしたいと思います。各種団体・同好会のみなさま、ご協力をお願いします。
日　時　12月8日（火）
午前9時から　高所・エアコン
午前10時から　その他

※雑巾・手袋等はご持参ください



【11月 マンマ子育てサークル】
※未就園児の親子、これからママ予定の方※

《定例会》
11月12日(木)午前10時30分～11時頃(10分前集合)

《自主活動》
「シュガーベルさんのアイシングクッキー作り」
※要申し込み

▶日　時　11月26日(木)
　　午前 10 時～
▶場　所　就将公民館 2階 和室
▶内　容　可愛いクッキーを一緒に作りましょう
▶参加費　一家庭 500円
▶持ち物　子どもの水分補給用のお茶、タオル
　　ゴミ袋、その他各自必要なもの
▶申込締切　11月19日(木)公民館まで

「おいしく食べて健康づくり教室」
～簡単うま味ごはん～

うま味を活かして「おいしい」と「健康」を両立！作って味わいながら、からだ想いの料理のコツを楽しく学びましょう。血圧にやさしい毎日の習慣も、わかりやすくお伝えします。

300 円分の J-Coin Pay ポイントのプレゼントもあります！

・と き　12月16日(水)午前10時～午後1時
・ところ　就将公民館 1階 講習室
・内 容　調理実習と健康づくりのお話
・講 師　米子市健康対策課管理栄養士・保健師
・献 立　ごはん、やわらか肉団子の和風トマト煮
　　青菜のツナ昆布和え、ミルクくずもち
・材料費 400円
・申込み【電話申込み枠】　15人
　　就将公民館(電話32－9390)へ
　　【電子申請枠】　11月1日開始
　　5人
　　こちら→ の
　　QR コードから
・申込締切 12月4日(金)
・持ち物 エプロン、三角巾

就将地区保健推進員会・米子市健康対策課

ライブで運動体験！ フレイルをスマイルに☆

健康運動指導士　山川 了史さんを講師に招き、フレイル予防運動を行います！
一緒に体操してみんなでフレイルをスマイルに！

▶日　時　11月9日(月)午前10時30分～12時
▶場　所　就将公民館 2階 集会室
▶持ち物　上履き、水分補給の飲み物、汗拭きタオル
▶参加費　無料
▶問合せ　米子市フレイル対策推進課　23－5458

栄養講話 ＋ リモート運動体験

管理栄養士から、シニア世代に大切な食事についてお話します。講話の前、リモート運動体験も行います！

▶日　時　12月7日(月)
　　午前10時30分～11時 30 分　運動体験
　　午前11時30分～正午　　栄養教室
▶場　所　就将公民館 2階 集会室
▶持ち物　上履き、水分補給の飲み物、汗拭きタオル
▶参加費　無料
▶問合せ　米子市フレイル対策推進課 23－5458

太鼓の達人を体験しよう【11月の開放予定】

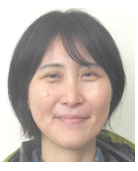
eスポーツの種目の一つとして全国大会も開催されている”太鼓の達人”を自由に体験できます。
初めてでも楽しくできます。どうぞご利用ください。



▶日 時
　11月6日(金)、20日(金)
　27日(金)
　午前10時～11時30分
▶場 所
　就将公民館 1階 図書室
※ 提供:就将地区社会福祉協議会



保健師の 出張！なんでも健康相談



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

▶日 時　11月17日(火)
　　午前 9時30分～11時30分
▶場 所 就将公民館 1階 図書室

ふらっと、気軽にお立ち寄りください♪
米子市健康対策課 ☎23－5454