

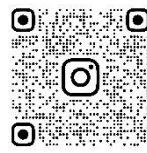
令和6年 9月 就将公民館だより

〈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○

9月

3日(火) 教養部会
6日(金) 学習講座「編み物体験」
9日(月) みらい塾「防災について考える」
11日(水) マンマ子育てサークル定例会
12日(木) 敬老会
16日(月・祝) 敬老の日／休館
19日(木) 地域懇談会(上映会)
25日(水) マンマ子育てサークル親子ヨガ
26日(木) 保健師の出張!なんでも健康相談
29日(日) 就将地区大運動会
30日(月) 大運動会振替休館

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」
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→内容変更あり「尿ケア講座」
14日(月・祝) スポーツの日／休館
16日(水) 友愛訪問
27日(日) 公民館祭
28日(月) 公民館祭振替休館
※予定は変更になることもあります。

9月30日(月)、10月28日(月)は振替休館になります。

就将みらい塾のお知らせ

◆第6講教養講座

「就将地区の防災について考える」

9月9日(月) 午後1時30分から午後3時

◆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

◆11月の現地学習

日にち: 11月8日(金)、弓浜方面に決定!

10月から受付します。

9月
29日(日)
大運動会

詳しくは、全戸配布の
プログラムをご覧ください。
一般席もありますので、
ふらりとご観覧にお越しください。

中学生ボランティアも募集中!
9月13日(金) 締切り。
ご応募お待ちしております。

公民館祭 10月27日(日) 午前9時～午後3時

内容 ・作品展示(日頃の成果を展示していただきます)
・ステージ(同好会のみなさんの華麗な妙技の数々)
・バザー(各団体様から出店していただきます)
・防災コーナー(煙体験、水消火器実習、防災食試食)
その他、健康相談・お楽しみ抽選会・子どもコーナーなど

募集 展示作品を募集します。来月配布のチラシに出品申込書を掲載します。ご協力をお願いします。
バザーの出店者も募集します。
出店を希望される方は9月20日(金)までに
公民館へご連絡ください。

New 健康講座のお知らせ

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。

主催: 就将地区社会福祉協議会

裏面もご覧下さい ↓

就将地区敬老会

○日時 9月12日(木)

午前10時30分～午後1時30分

○会場 ANA クラウンプラザホテル米子

主催 就将地区社会福祉協議会



【9月 マンマ子育てサークル】

《定例会》

日時：9月11日(水)
午前10時30分～

場所：公民館2階和室

内容：手遊びをしたり、みんなで工作をしたり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》『親子ヨガ』(要申込み)

日時：9月25日(水)
午前10時～

場所：公民館2階集会室

内容：ヨガの先生と一緒に、親子で触れ合いながらヨガを楽しみましょう！

参加費：一家庭300円

持ち物：水分補給用のお茶、タオル、ゴミ袋、その他各自必要なもの

申込み：9月18日(水)までに公民館まで。

保健師の《出張！なんでも健康相談》

9月26日(木)、10月24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。



学習講座〈ゆるゆる筋膜はがし〉

日にち：10月1日(火) (※要予約)

時間：午後1時30分から午後3時

内容：コリかたまった身体を自分の手と呼吸でゆるめて整えてあげましょう。



筋膜をゆるめて骨格を正しい位置に整えると背骨もシャンとします。とってもカンタンな方法です。男性も女性も参加していただけます！

終わったあとには、いやしのハーブティでホットとひと息つきましょう♪

場所：就将公民館集会室

参加費：無料

持ち物：動きやすい服装で。

タオルや上靴はいりません。

飲み物は各自ご自由に。



お申し込み：9月20日(金)までに公民館までお申し込みください。電話32-9390



学習講座〈花王〉内容が変わりました!!

「おでかけ応援講座～お身体の状態に合わせた尿ケアについて～」(※要予約)

日にち：10月10日(木)

時間：午後1時30分から午後2時30分

内容：フレイル予防のポイントや尿モレの種類・原因と対策、状態に合わせた尿ケア用品の選び方など、花王ならではの視点での講座です。大切なご家族のため、またご自身のためにもぜひ受講ください。

※参加は無料ですが、受講者へのサンプルの準備のため、お申し込みをお願いします。

【申込み締め切り】9月25日(水)

お電話にて、お名前、参加人数を公民館までお知らせください。 電話32-9390

令和7年米子市二十歳を祝う会

◆記念感想文の募集について◆

米子市生涯学習課では上記の感想文を募集しています。

応募締切：10月31日(木)

詳しくは生涯学習課☎23-5442まで。