

福米西公民館だより

令和5年
11月号

福米西
公民館

米子市西福原8-17-15
TEL:32-9895 FAX:32-9896
MAIL:yonew@chukai.ne.jp

第302号

やむを得ず行事予定が
変更となる場合があります。
毎月発行される公民館
だよりやHPなどでご
確認くださいますよう
お願いします。

福米西公民館



11月行事予定

8日(水)	見守り援助活動（在宅高齢者） 〔福米西地区社会福祉協議会〕	09:00～16:00	福米西地区内
12日(日)	秋の球技大会 〔ペタンク〕	08:30～	福米西小ウ・ラウンド
15日(水)	自治会巡りウォーキング大会 第6回「下谷3・4区（大崎・端下自治会長）」	10:00～11:00	公民館集合
16日(木)	ふれあい公民館大学「歴史講座」 「ふるさとと神話」 講師：石原 慎吾 氏（米子神社巡り倶楽部）	13:30～15:00	福米西公民館
17日(金)	移動図書館つつじ号	15:35～16:00	公民館前庭
	リモート運動体験 （米子市フレイル対策推進室）	10:30～12:00	福米西公民館
20日(月)	スマートフォン講座 「スマートフォンを安全に使うためのポイント」 （米子市情報政策課）	10:00～11:00	福米西公民館
	動画でわかる！コンビニ交付説明会 「証明書のコンビニ交付サービスなど」 （米子市市民1課、市民2課）	11:15～11:45	
24日(金)	出張！なんでも健康相談 （米子市健康対策課）	09:30～11:30	福米西公民館

■公民館からのお知らせ

【振替休日など】

11月6日(月)は、公民館祭振替のため職員は不在となります。

11月20日(月)午後2時から、中央地区公民館連絡協議会研修会参加のため職員は不在となります。

（※公民館をご利用になられる方は、事前に鍵を借りにお越しください。）

【秋の球技大会】

都合により少年少女ドッジビーは中止となりました。ペタンクのみ実施します。

（裏面もあります）

【第6回】自治会巡りウォーキング大会

月 日: 11月15日(水)

場 所: 下谷3・4区(大崎・端下会長)

集合出発: 10時 公民館前庭

- ・少雨決行・身軽な服装
- ・誰でも参加可能
- ・予約、参加料不要です。



福米西ふれあい公民館大学

第7回【歴史講座】『ふるさとと神話』

日 時: 11月16日(木) 13:30~15:00

講 師: 石原 慎吾 氏

(米子神社巡り倶楽部)

学習講座

『料理教室』

テーマ: みんなで生き生きおうちご飯(フレイル予防)

日 時: 12月4日(月) 10:00~13:30

講 師: 福米西食生活改善推進員

参加費: 500円程度(当日持参)

定 員: 15名 (持ち物: エプロン)

申込期限: 11月22日(水)までに公民館へ

西っこフェスティバル

日 時: 12月2日(土) 10:00~

※詳細については、福米西小学校を通じて
チラシを配布します。

保健師の 出張! なんでも健康相談



福米西地区担当保健師の中村です。

生活習慣、健康のこと、日ごろの心配事など、どなたでもどうぞ。血圧・体脂肪測定・握力測定をします。
赤ちゃんの体重測定や栄養士の相談もしています。

日時: 11月24日(金)、12月6日(水)

9:30~11:30(お好きな時間にお越しください)

米子市健康対策課 ☎23-5452



スマートフォン講座

スマートフォン(スマホ)の初心者または苦手な
かた向けの講座です。

少人数の講座で、ゆっくり、わかりやすく、丁寧に
教えてもらえます!

日 時 11月20日(月) 10:00~11:00

場 所 福米西公民館 学習室

内 容 『スマートフォンを安全に使うためのポイント』

持ち物 スマートフォン(お持ちのかた)

・参加費は無料です

・予約が必要です(先着10人)。

11月13日(月)までに公民館へ

・スマホをお持ちでない方でもご参加いただけま
す(当日お貸しします)。

・営業行為は一切ありません。



動画でわかる! コンビニ交付説明会

マイナンバーカードを利用して、住民票や印鑑証
明などの証明書をコンビニエンスストアで、早く・
安く取ることができます。この操作方法を、動画も
使って分かりやすく説明します。どなたでもご参加
いただけますので、お気軽にいらしてください!

◆日時 11月20日(月) 11:15~11:45

(所要時間 30分程度)

◆会場 福米西公民館 学習室

◆内容①証明書のコンビニ交付について

②マイナンバーカードの基礎知識

◆申込 不要(どなたでもご参加いただけます。)

◆問合せ先 米子市役所市民一課: 石飛 ☎23-5141

リモート運動体験

リハビリ専門職による運動教室『ふらっと運動体
験』の様子を公民館で中継放送します。

(予約不要、参加希望の方は当日公民館にお越
し下さい。)

※日 時 11月17日(金) 10:30~12:00

※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

※お問合せ 米子市フレイル対策推進課

☎23-5458

※中継放送の為、運動指導者は公民館には来ません。