なるみ公民館だより

令和7年7月号

Tel 26-3311　Fax 26-3354
Email：narumi@chukai.ne.jp
事務所が開いている時間　平日 8：30～17：00

成実ふれあい夏祭り

日 時：７月２６日（土）
午後５時バザー開始
午後６時開会式

場 所：成実公民館グラウンド
（雨天　成実公民館体育館）

お楽しみ抽選会の受付締切は午後７時です。
祭の最後に抽選発表があります。
全戸配布チラシに掲載の抽選券をお忘れなく！

踊りの練習：7月１７日（木）１９：００～
成実公民館
踊りを覚えて、夏祭りで楽しく踊りましょう！
皆さまお気軽にご参加ください♪

令和７年度　成実ふれあい大学

第四回　防犯講座

「特殊詐欺について」

日時：７月１８日（金）
１３：３０～１４：３０
場所：成実公民館
講師：米子警察署　生活安全課　職員

第五回　健康講座

「健康長寿を目指す食事のお話」

日時：８月２７日（水）
１３：３０～１４：３０
場所：成実公民館
講師：米子市健康対策課　管理栄養士

成実地区ボッチャ大会

６月１５日（日）に、南部体育館でボッチャ大会が開催され、２３チームの参加がありました。

【優　勝】
新山・古市チーム
【準優勝】
富士見ヶ丘チーム

選手・応援の皆さん、
暑い中おつかれさまでした！

◎ 主な行事予定 ◎

4	金	リモート運動体験
１１	金	いきいき学習講座 「ジェルキャンドルを作ろう！」 **★7／11まで受付中★**
１８	金	成実ふれあい大学　防犯講座 「特殊詐欺について」
１９	土	成実クリーン大作戦 子どもサマースクール 「子ども料理教室」
２６	土	成実ふれあい夏祭り 自治連定例会
8/1	金	フレイル予防教室「脳活性講座」
8/6	水	子どもサマースクール 「高校生に習う書道教室」
8/20	水	子どもサマースクール 「オンリーワンのエコはがきをつくろう」
8/22	金	子どもサマースクール 「みんなでグラウンド・ゴルフ」
8/27	水	成実ふれあい大学　健康講座 「健康長寿を目指す食事のお話」

子どもサマースクール

【子ども料理教室】
日時：7月１９日（土）　９：３０～１２：００

【高校生に習う書道教室】
日時：８月６日（水）　１０：００～１２：００

【オンリーワンのエコはがきをつくろう】
日時：８月２０日（水）１０：００～１２：００

【みんなでグラウンド・ゴルフ】
日時：８月２２日（金）　９：００～１１：３０

詳しくは、小学校で配られるチラシをご覧ください。

ありがとうございました♪

更生保護女性会の皆さま、米子高校の皆さまが
公民館前庭のプランターに花を植えてくださいました！

夏も！ リモート運動体験

公民館でフレイル予防をしましょう♪
リモート運動体験はモニターに映し出される映像を見ながら運動をします。

【日時】７月４日（金）午前１０時３０分～正午
【会場】成実公民館
【持ち物】運動靴、水分補給用ドリンク、
汗拭きタオル

脳活性講座

認知症予防について知ることのできる、
アタマとカラダとスマホを使った体験型の脳活性講座です。
日常生活での認知症予防のポイントについてお伝えします！

■日　時　令和７年８月１日（金）
午前１０時３０分～正午
■会　場　成実公民館
■持ち物　お持ちのスマートフォン
※お持ちでない方も
ご参加いただけます。
■参加費　無料
■問合せ　米子市フレイル対策推進課
☎２３－５４５８

フレイル予防巡回健診　結果個別相談会

鳥取大学医学部「森田明美教授」による個別相談会を行います。**<u>相談には事前申込みが必要です！</u>**

【日時】令和７年７月２８日(月)９：３０～１２：００
【場所】成実公民館　１階学習室
【対象】令和６年度尚徳地区でフレイル予防巡回健診を受診された方
【内容】健診結果に関する相談
（健診結果の見方、健診結果で気になることなど）
【申込み】成実公民館（☎２６－３３１１）
７月７日（月）から申込み開始（先着順）
【問合せ】フレイル対策推進課（☎２３－５４５８）
※当日は健診結果をお持ちください。

保健師の出張！なんでも健康相談

日時：７月１０日（木）
９：３０～１１：３０
場所：米子市成実公民館２階和室
【問い合わせ】米子市健康対策課　☎２３－５４５４

7月のなるみ絵本の会だより

星空がきれいな季節になりました。今月の絵本の会は、絵本やおはなしを楽しんだあと、七夕飾りを作って、笹の葉に飾り星空にお願いごとをしましょう。

と　き:7月12日(土)10 時～11 時
ところ:成実公民館 2 階和室

こんにちは！ 尚徳中学校です。

西部地区夏季総合体育大会

6月上旬を中心に西部地区夏季総合体育大会が開催されました。3年生は、最後まで諦めることなく粘り強く戦い、中学校生活最後の総体にかける強い思いが感じられました。
7月の県総体に出場することになった下記の部には、尚徳中の、そして西部地区の代表として活躍してくれることを期待しています。引き続き応援をよろしくお願いします。

【陸上競技】
走幅跳1位　加瀬部沙蘭
1年女子100m　8位　吉川弥優
2年女子100m　4位　山口楓
200m　4位　山口楓
2年女子100m　5位　細田結月
100mH6位　細田結月
4×100mR
3位(青戸結･山口楓･細田結月･吉川弥優)

女子総合　7位
800m　1位　髙田篤志
3年1500m　2位　髙田篤志
男子3000m　4位　木下楠理

【サッカー】7位
【ソフトテニス男子】
個人戦：田中漣治･内藤康樹ペア　13位
米川将也･福田悠惺ペア　22位
【ソフトテニス女子】
個人戦：田子楽衣･綿谷寧々ペア　ベスト16
森下仁裟･黒田優芽ペア　17位
【剣道】個人戦：香田凌太郎　ベスト8
【体操】万木咲奈
【新体操】田中愛望　個人総合3位

4月に、総合的な学習の時間で地域の魅力を発見した1年生は、5月22日、5月29日に、4地区の公民館長さんをお招きし、各地区の歴史や現在の活動等についてお話を聞かせていただきました。聞かせていただいたお話を参考に、今後生徒たちは地域のために何ができるかを考え実行に移していきます。4地区の公民館長さん、お忙しい中ありがとうございました。