なるみ公民館だより

令和７年11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

令和７年度　成実ふれあい大学

第七回　家庭教育講座

「成実小学校とコミュニティ・スクール」」

日時：１１月１９日（水）
１３：３０～１４：３０
場所：成実公民館
講師：成実小学校　校長　青山武司　氏

第八回　音楽講座

「一緒に歌いましょう♪」

日時：１２月９日（火）
１３：３０～１５：００
場所：成実公民館
講師：音楽講師　原　礼子　氏

閉講式・表彰式

音楽講座終了後～

いきいき学習講座

実技講座　「手作り中華まん教室」

日時：１２月１０日（水）
９：００～１２：００
場所：成実公民館
講師：米子市　国際交流員
定員：１０人（先着順）
参加費：３００円
申込み：１１月１０日（月）から
受付を開始します。

しめ縄教室

「手作りのしめ縄で新しい年を!」

日時：１２月１３日（土）９：００～１２：００
場所：成実公民館　旧体育館
講師：地元有志の皆さん
持ち物：はさみ
参加費：大人２００円　子ども１００円
申込み：１２月９日（火）までに成実公民館へ

親子での参加大歓迎！
必ず事前の申し込みをお願いします！

公民館年末大掃除

一年間使った公民館をきれいにし、気持ちよく新年を迎えましょう。皆さまのご協力をお願いします！

日時：１２月１２日（金）９：３０～１０：３０

雑巾・ゴム手袋など、掃除に必要なものはご持参ください。

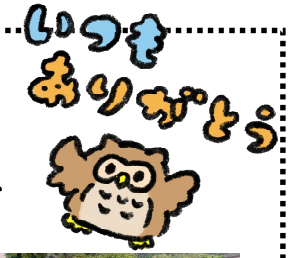
◎ 主な行事予定 ◎

１９	水	成実ふれあい大学　家庭教育講座 「成実小学校とコミュニティ・スクール」
２３	日	成実地区ソフトバレーボール大会
２８	金	自治連定例会
12/9	火	成実ふれあい大学　音楽講座 「一緒に歌いましょう♪」
12/10	水	いきいき学習講座　実技講座 「中華まん作り」
12/12	金	公民館大掃除
12/13	土	いきいき学習講座　しめ縄教室 「手作りのしめ縄で新しい年を！」

＋＋＋公民館からのお知らせ＋＋＋

１１月１７日（月）正午～午後５時

南部地区公民館連絡協議会職員研修会出席のため、職員が不在になります。
公民館を利用される場合は、事前に申込みをし、鍵を借りに事務室へお越しください。



千歳会の皆さんが、
公民館周辺の草取り・清掃を
してくださいました。
おかげさまで大変きれいになり、
気持ちよく公民館祭を
迎えることができました。

～米子市フレイル対策事業
Chukai コムコムスクエア独自企画～

【もしも、フレイル予防が青春だったら！？～ゆめダン～】

懐かしい曲を中心に、座りながら楽しむ、ゆるーいダンスを体験しましょう。ダンス初心者の方も安心！上手くいかないときはみんなで笑ってごまかしましょう！

予約が必要です。参加希望の方は下記へお問い合わせください。

【日時】第1回:11月4日(火)13:30～14:30
第2回:11月11日(火)13:30～14:30
【会場】成実公民館
【講師】シニア向けゆるだんすスクール「ゆるダン」
【持ち物】上履き、飲み物、タオル
【参加費】無料
【申し込み・問い合わせ】
Chukai ｺﾑｺﾑｽｸｴｱ ☎0120－43－5656

保健師の出張！なんでも健康相談

日時：１１月６日（木）９：３０～１１：３０
場所：成実公民館
【問い合わせ】米子市健康対策課　☎２３－５４５４

リモート運動体験＋フレイル予防教室（口腔編）

【日　時】１１月７日（金）１０：３０～正午
①10:30～11:00…リモート運動体験
②11:00～正午…フレイル予防教室（口腔編）
【内　容】歯科衛生士による『オーラルフレイル予防の講話と体操の実践』をします。
【講　師】歯科衛生士　高場由紀美氏
【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
【その他】予約不要・無料
【問合せ】米子市フレイル対策推進課　☎23-5458
米子市健康対策課　☎23-5454

11月のなるみ絵本の会だより

とき：１１月１５日（土）１０時～１１時
場所：成実公民館　２階和室

今月の絵本の会は、第３土曜日です。
絵本やお話を楽しんだあと、あやとり、お手玉、折り紙など、むかしあそびを楽しみたいと思います。遊びに来てください。

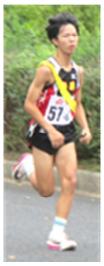
こんにちは 尚徳中学校です！

西部地区秋季総体等の結果

西部地区秋季総体、マーチング･コンテスト、西部地区駅伝大会などが開催され、本校の生徒が参加しました。生徒は仲間と励まし合いながら挑戦し、ベストを尽くして頑張りました。
保護者や地域の皆様には応援していただきありがとうございました。

【陸上競技】
女子総合５位　１年女子１００ｍ　３位　吉川弥優
２年女子１００ｍ　２位　細田結月
女子１００ｍＨ　２位　細田結月
４×１００ｍＲ　３位（大前友珠莉・吉川弥優・細田結月・山口楓）
女子２００ｍ　４位　山口楓
男子砲丸投７位　陶山碧　　男子３０００ｍ　７位　内藤杏虹

【サッカー】　３位　県新人戦出場
対箕蚊屋中（勝）　対岸本・溝口中（負）
対アルコスタ弓浜ＦＣ（負）　対福生中（勝）
【ソフトテニス男子】
団体戦：　対境三中（勝）　対東山中（負）
個人戦：　内藤智樹・河田静馬ペア　ベスト１６
【ソフトテニス女子】　団体戦：　対後藤ヶ丘中（負）
個人戦：　長谷川真以・松本琉愛ペア　ベスト１６
【バスケットボール男子】　対弓ヶ浜中（負）
対境一中（勝）　対境三中・境二中（負）
【バスケットボール女子】４位　県民ｽﾎﾟﾚｸ祭出場
対加茂中（勝）　対境一中（勝）　対福生中（負）
対弓ヶ浜中（負）



【バレーボール】　８位
対福生中（負）対大山中（勝）対湊山中（勝）
対福米中（勝）対法勝寺中（負）対箕蚊屋中（負）
【野球】　対加茂中・美保中（勝）　対弓ヶ浜中（負）
【新体操】　フープ３位・ボール２位・総合３位　田中愛望
【吹奏楽】全日本マーチング・コンテスト鳥取県大会　金賞
全日本マーチング・コンテスト中国大会　銅賞
鳥取県吹奏楽ソロコンテスト　加藤紗雪（金賞・特別賞）
遠藤さわ（銀賞）　堀尾莉子（金賞・特別賞）
【西部地区中学校駅伝競走大会】
男子６位　県大会出場
１区：髙田篤志　２区：大塚智貴　３区：井田桔平
４区：木下楠理　５区：内藤杏虹　６区：山口浬央
女子６位　県大会出場
１区：香田佳歩　２区：原廻菜々美　３区：樋口友子
４区：山内心愛　５区：山根心春
【第６３回米子市合同短歌祭】　最優秀賞：　大塚智貴
入選：　矢間舜　佳作：　松本琉愛　田中悠聖
【第６３回中学生作文コンクール】　佳作：　真山優乃波

尚徳中学校尚郷祭（文化祭）に、ぜひお越しください！
〇11月１日（土）　8:50～14:00(会場：尚徳中学校)
・３年学級劇、「総合的な学習の時間」取り組み発表
〇11月２日（日）10:45～14:35(会場：さなめホール)
・合唱コンクール、学年合唱、全校合唱、吹奏楽部演奏