

なるみ公民館だより



令和6年5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6年度 成実ふれあい大学

第二回 現地学習

「日御碕～島根ワイナリーへ」

申込受付中!



日時：5月22日(水)
8:50公民館集合
15:00公民館着予定
定員：37名 ※先着順

*詳しくは回覧のチラシをご覧ください

第三回 介護予防講座

「フレイルについて

～フレイル巡回検診」



日時：6月11日(火) 13:30~15:00
場所：成実公民館
講師：鳥取大学医学部医学科 健康政策医学分野
教授 森田 明美氏

～*～*～ いきいき学習講座 ～*～*～

健康づくり講座

健康ウォーク「尾高城跡ウォーキング」

日時：5月10日(金) 9:30公民館集合
14:30公民館着予定
定員：23名 ※申込締切5/2(木)

実技講座「手作り豆腐を作ろう♪」

日時：6月14日(金) 午前の部 9:30~
午後の部 13:30~

場所：JA成実加工場

先生：JA女性会

*お申込みは成実公民館(電話26-3311)まで

職員退職・異動のお知らせ

退職 館長 足羽 輝美

主任主事 徳岡 真理子

☆ありがとうございました☆

新任 館長 金本 仁(富士見ヶ丘)

着任 主事 大田 康子(大篠津公民館から)

° . ☆ . よろしくお願ひします° . ☆ . ° .



◎ 主な行事予定 ◎

10	金	いきいき学習講座 健康づくり講座 健康ウォーク「尾高城跡ウォーキング」 リモート運動体験 『ふらっと、運動体験!!』
22	水	成実ふれあい大学 現地学習 「日御碕～島根ワイナリーへ」
28	火	自治連定例会
6/9	日	成実地区ペタンク大会
6/11	火	成実ふれあい大学 介護予防講座 「フレイルについて～フレイル巡回検診」
6/14	金	いきいき学習講座 実技講座 「手作り豆腐を作ろう♪」
6/17	月	成実地区防犯協議会総会・防犯講演会

公民館職員不在のお知らせ

- ・ 5月17日(金) 正午から
- ・ 5月27日(月) 午後2時から



米子市公民館連合会総会および南部地区公民館連絡協議会総会に出席のため、上記の日は職員不在となります。公民館をご利用の場合は、事前に鍵を借りて事務室へお越しください。

令和6年度成実公民館おもな行事予定

- 6月9日(日) 成実地区ペタンク大会
- 7月27日(土) 成実ふれあい夏祭り
- 9月29日(日) 成実地区大運動会
- 10月13日(日) 成実地区ソフトボール大会・ドッジビー大会
- 10月27日(日) 成実公民館祭
- 11月24日(日) 成実地区ソフトバレーボール大会

変更がある場合は公民館だより等でお知らせします

在宅福祉員の活動について

一人暮らしの高齢者等の見守りが必要な方に対して訪問、声かけを行うことにより、その方が地域で孤立せず、自宅で安心して暮らせるよう支援していくものです。

80歳以上の一人暮らしの高齢者および高齢者世帯その他、必要があると判断した世帯が対象です。

- ★上記対象者のうち
希望される方のお宅に
月1回程度の訪問



現在、成実地区では、各自治会に1～2名、全体では23名の在宅福祉員が活動中です。今年度も地域の皆様のご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

連絡先：成実地区社会福祉協議会事務局 26-3311

リモート運動体験のお知らせ

市内のフレイル対策拠点で実施している『ふらっと、運動体験!!』の運動の様子を公民館でリモート中継します。日々の健康づくりに、モニターを見ながら一緒に楽しく運動をしませんか？

公民館でのリモート運動体験は、下記の日程で行います。たくさんのご参加、お待ちしております。



- <日時>令和6年5月10日(金) 午前10:00～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
- <その他>予約不要・無料
- <お問い合わせ>

米子市フレイル対策推進課 23-5458

フレイル予防巡回健診が始まります!!

参加費
無料

普段、受けることのできない検査項目です。

★対象 65歳以上で要支援又は要介護認定のない方

★内容

運動機能・ロコモ度チェック、骨密度、体組成、栄養・口腔機能、認知機能、血液検査 他

★日程 6月1日、10日、11日、22日 9時～16時
1人あたり1時間程度

★お問合せ・お申込み先

鳥取大学医学部医学科

TEL 0859-38-7614 FAX 0859-38-6110

受付時間 平日9時～16時

※対象の方には、5月に案内郵送する予定です。

保健師の

出張! なんでも健康相談

日時: 令和6年5月9日(木)

9時30分から11時30分

場所: 成実公民館



米子市健康対策課 23-5454

令和6年度役員紹介 (敬称略)

成実公民館運営委員長 福岡 利夫
成実地区自治連合会会長 脇坂 喜啓
成実地区人権・同和教育推進協議会会長

西垣 滋
体育部長 新田 修司
広報文化部長 荒金あおひ
生活環境部長 加藤 早美
女性部長 金山 瑞子
米子交通安全協会成実支部長 坪倉 和宏

米子市スポーツ推進委員(成実地区)

毛利 公一・岩佐 幸範

米子市交通安全指導員

坪倉 和宏・岩佐 幸範・白子 一夫

米子市不法投棄監視員(成実地区) 吉田 勇

成実青少年育成連絡会から

4/19(金)、成実保育園のみなさんと加茂川土手にたくさんのこいのぼりを掲げました。5月中ごろまで元気に泳ぎたなびく姿がみられます。



【お願い】

ご家庭で眠っているこいのぼりはありませんでしょうか。ポールも不足しています。ご寄贈いただける場合は、成実公民館までご連絡ください。

5月のなるみ絵本の会だより

なるみ絵本の会では、長く読み継がれている絵本や新しい絵本まで素敵な絵本を用意しています。

わらべうたや手遊び、季節ごとの行事も楽しみましょう。

今月は、おはなし会の後、あおむしのストラップをつくります。

遊びに来てください。



と き: 5月11日(土曜日) 10時～11時
ところ: 成実公民館 2階和室

市民一課からのお知らせ

公民館での住民票などの取次ぎは12月末で終了します

公民館で行っている住民票などの取次事務は、令和6年12月末をもって終了します。ご利用の皆さまがたにはご不便をおかけしますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

◆問合せ先 米子市役所市民一課 電話 23-5141