



義方公民館からの お知らせ

【義方公民館】

米子市立町4丁目105-23

TEL 34-4371 FAX 34-4405

E-mail gihoh@chukai.ne.jp

令和7年11月号



紅葉の秋!スポーツの秋!食欲の秋!公民館イベントへの皆様のご参加お待ちしております♪

～義方成人大学～

第7回 介護予防講座

『私の人生手帳』

日時	11月13日(木) 13:30～15:00
場所	義方公民館 研修室1(2階)
講師	米子市後藤ヶ丘地域包括支援センター 介護支援専門員 吉本 祥太 氏
共催	義方地区保健推進委員会



第8回 音楽講座・閉講式

『懐かしの昭和メロディーを
歌いましょう』

日時	12月3日(水) 13:30～15:00
場所	義方公民館 研修室1(2階)
講師	マジョルカ 武田 氏

学習講座

『うどん de 運動』

～作って食べて楽しくフレイル予防～

日時	11月19日(水) 9:30～13:30
場所	義方公民館 研修室1(2階)
講師	米子市フレイル対策推進課 作業療法士 小椋 善文 氏
参加費	200円
定員	16人(先着順)
申込み	公民館にて受付中!



※参加費を添えてお申込みください。



子どもしめ縄教室

12月13日(土) 9:00～11:00 頃開催予定!
詳細は、11月終わり頃に小学校から配布される、しめ縄教室のたよりをご覧ください。

11月21日(金)午後休館



新生ブロック研修会出席のため、職員は不在となります。部屋の使用はできますので事前に申込み、カギの借用をお願いします。

健康まつり



11月16日(日)開催!

参加者募集中!

時間 10時～12時
場所 義方小学校体育館
対象 子供から大人まで
参加費 無料

よなご健康
ポイントたまろよ♪



定員 なし。事前申し込みは必須!



※ただし、CHAXの65歳以上の体力測定コーナーは30名までの定員あり。

申込み 公民館にて受付中!

締切 11月12日(水)午後5時まで



大抽選会もお楽しみに♪

詳細は別紙配布のチラシをご覧ください。



☆みんないきいきおうちご飯☆

テーマ	『地産地消で野菜を食べよう!』
日時	11月27日(木) 10時～13時
場所	義方公民館 調理室(1階)
参加費	300円
定員	16人
持ち物	エプロン・三角巾・筆記用具
講師	食生活改善推進員 清水 晃子 氏
申込締切	11月17日(期日厳守)
申込先	義方公民館 ☎34-4371



メニューは当日までのお楽しみ!

ご寄付ありがとうございました

地区社会福祉事業のためにご厚志を賜り厚く礼申しあげますとともに謹んでご冥福をお祈りいたします。

【香典返し】

三本松一区自治会 木村 衛 様 金一封
(故 木村 千里 様)

義方地区社会福祉協議会





米子市公民館 ふれあい発表会



12月6日(土)に文化ホールで開催
『春蘭会』の皆さんが参加されます。
♪詳細は、別紙配布のチラシにて
ご確認ください。

☆リモート運動体験☆

ふらっと運動体験(運動教室)を公民館で中継放送します。公民館では画面に向かって運動をします。途中参加・退場できますので、お気軽にご参加ください♪

■とき：11月17日(月) 10:30~12:00

■ところ：義方公民館 研修室1(2階)

■持ち物：上履き、水分補給用の飲み物、汗拭きタオル

■予約不要・無料

■問合せ 米子市フレイル対策推進課
23-5458



保健師の出張！なんでも健康相談

健康についてちょっと話しに来られませんか？
赤ちゃんから大人の方までどなたでも、
お気軽にお越しください。



- ・ 血圧測定、体脂肪測定、握力測定、
赤ちゃんの体重測定
- ・ 健康に関する相談など

■とき：11月26日(水)午前10時~12時

■ところ：義方公民館 学習室(1階)

■予約不要・無料

■問合せ 米子市健康対策課 (やまさき)

TEL (0859) 23-5454

☺おひさまサークル ～子育てサークル～

(未就学児と保護者対象)

11月5日(水)10時15分~11時半

11月25日(火)10時半~11時半

※11月25日は要予約

☺問合せ 義方公民館

☎34-4371



学習講座『蓮ランタン作り』～9月30日～



館外学習 ～10月8日～

「アートを探る散歩道～光の鑑絵・神崎神社」



バウンズボール大会【9月28日に開催しました】



優勝

米原八区自治会



準優勝

錦町三丁目自治会 A



三位

旗ヶ崎一区区自治会 B



三位

義方町自治会 A



S参加者の皆様、お疲れ様でした。また、大会のために早朝から準備をしてくださり、残って片付けをしてくださった、役員さんとバウンズボール協会の皆様、地域の皆様、ありがとうございました。心から感謝いたします。