



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



新年度、新しい講座・行事が始まります！皆さまのご参加をお待ちしております

☆義方成人大学のご案内☆

令和6年度、義方成人大学が開校します！受講希望の方は、別紙チラシの申込書にご記入の上、義方公民館へお申込みください。多くの皆様の参加をお待ちしています。

〈第1回 開講式・健康講座〉

『男性・女性のためのおしっこのお話
～こんな悩みはありませんか？～』

日時 5月1日(火) 13時半～15時

場所 義方公民館 研修室1(2階)

講師 よなご泌尿器クリニック

院長 弓岡 徹夜 氏

共催 義方地区保健推進員会

〈第2回 人権講座〉

『SDGsとお笑いから考える人権とは』

日時 5月14日(水) 13時半～15時

※詳しくは大学講座のご案内をご覧ください。

【学習講座】5月12日(月)9時～14時

『サントリー天然水 奥大山ブナの森工場見学』

*詳細は窓口で 〇〇〇〇〇〇 ~申込は4月1日開始~

義方公民館年間行事予定

日程	行事
7月26日(土)	ぎほう夏まつり
10月26日(日)	公民館祭
11月16日(日)	健康まつり
【体育行事】	
5月18日(日)	歩け大会
6月1日(日)	グラウンド・ゴルフ大会
〈予備日〉6月8日(日)	
7月6日(日)	ディスコン大会
9月7日(日)	ボッチャ大会
9月28日(日)	バウンスポール大会

第15回 歩け大会

『義方校区の町中を歩こう！
城山に登ろう！』



期 日：5月18日(日) 9:00～11:30頃

集合場所：義方公民館駐車場

8:45～公民館駐車場にて受付

行 先：湊山公園・城山

申込締切：5月15日(木)

参 加 費：なし。※飲み物はご持参ください。

持 ち 物：スポーツシューズ、歩きやすい服装、
雨具、飲み物、おやつ等、忘れずに！



ウォーキングポール(ステッキ)を持参することをオススメします。足腰への負担を軽減しながら歩く事ができます。

コース：義方公民館(開講式)⇒湊山公園⇒

城山登山⇒義方公民館(12:00頃着予定)

申込み：各町区体育厚生部長か公民館窓口

※詳細は、各町区の体育厚生部長か公民館窓口まで

保健師の出張！なんでも健康相談

赤ちゃんから大人の方まで、どなたでもお気軽に、都合のいい時間にお越しください。



・血圧測定、体脂肪測定、握力測定

・赤ちゃんの体重測定・健康相談など

■と き 4月24日(木) 10:00～12:00

■ところ 義方公民館 学習室(1階)

■予約不要・無料

■お問合せ 米子市健康対策課 義方地区
担当保健師 TEL 23-5454



リモートで運動体験

ふらっと運動体験(運動教室)を公民館で中継放送します。途中参加・退場できますので、気軽にご参加ください♪

■と き 4月21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、飲み物、汗拭きタオル

■参加費 無料

■問合せ 米子市フレイル対策推進課
TEL 23-5458