

# 明道公民館だより

米子市明道公民館

〒683-0067 米子市東町124

TEL 34-3074 FAX 34-3088

E-mail meidoh@chukai.ne.jp



QRコード

## 行事予定



2日(土)ひとづくり・まちづくり事業講演会

8日(金)出張!なんでも健康相談

// リモート運動体験

11日(月)公民館運営協議会

12日(火)あすなろ学級「介護予防講座」

20日(水)友愛訪問

24日(日)ポッチャ大会

28日(木)学習講座 野外学習

「木谷沢溪流散策とサントリー天然水工場見学」

## 「お話とコンサート」

～皆で歌いましょう～

(シニア世代活躍応援事業)



楽しい時間をすごしましょう!

日時: 9月22日(金) 13:30～15:00

場所: 明道公民館 第一研修室(2F)

講師: 鳥取短期大学

名誉教授 白石 由美子 先生

伴奏者 稲毛 麻記 先生

主催: 明道婦人の会



## あすなろ学級のご案内

### <介護予防講座>

「フレイル予防体操

～ずっと元気にエンジョイ!～」

日時: 9月12日(火) 13:30～15:00

場所: 明道公民館

講師: 株式会社ライオンハート

理学療法士 森本 宙 氏

### <家庭教育講座>

「ひきこもりの理解と支援について」

日時: 10月3日(火) 13:30～15:00

場所: 明道公民館

講師: とっとりひきこもり生活支援センター

所長 山本 恵子 氏

## 学習講座のご案内

### 「レザーのバックチャームづくり」

日時: 10月18日(水) 13:30～15:00

場所: 明道公民館 学習室

講師: 宇治田 朋子 さん

参加費: A,B の2ヶで1,000円

定員: 15名(定員になり次第

締め切ります)

申込み: 参加費を添えて、明道公民館までお申し込みください。

※見本は、公民館事務室にあります。

(A)



(B)



## <明道地区ポッチャ大会>

日時: 9月24日(日) 9:20開会式～

場所: 湊山体育館

チーム: 3名1組



パラリンピックの正式種目で、老若男女、障がいのあるなしにかかわらず、全ての人と一緒にできるスポーツです。奮って参加ください。

## <学習講座募集中です(野外学習)>

9月28日(木)開催予定の「木谷沢溪流散策とサントリー天然水工場見学」は、空きがあります。お申込みお待ちしております。