

令和5年12月号

# 福生西公民館ニュース

発行 福生西公民館 住所 〒683-0004 米子市上福原5丁目9-30  
電話 (0859) 23-1397 FAX (0859) 23-1794  
E-mail : fukuikew@chukai.ne.jp



## 12月の行事予定

1	金	
2	土	
3	日	
4	月	
5	火	にしっこクラブ
6	水	
7	木	スマートフォン講座 動画でわかる!コンビニ交付説明会
8	金	
9	土	米子市民余芸大会
10	日	
11	月	公民館年末大掃除
12	火	出張!なんでも健康相談 にしっこクラブ
13	水	
14	木	
15	金	リモート運動体験 ふれあい学級「音楽講座・閉講式」 フレイルチェック
16	土	子どもしめ縄作り準備 ふれあい発表会(舞台の部・展示の部)
17	日	青少年育成会「子どもしめ縄作り」 ふれあい発表会(展示の部)
18	月	
19	火	にしっこクラブ
20	水	
21	木	在宅福祉員見守り連絡会 民生児童委員協議会定例会
22	金	
23	土	
24	日	
25	月	
26	火	
27	水	
28	木	仕事納め
29	金	
30	土	
31	日	

### 《文化教養部からのお知らせ》

《第10回ふれあい学級》 【音楽講座】

## 「皆生進一 スーパーライブ」♪

日時: 12月15日(金) 13:30~14:30

場所: 福生西公民館

講師: 皆生菊乃家 社長 柴野 憲史 氏



※あの!皆生進一が公民館にやって来ます。

今年度最後のふれあい学級を、どうぞ、お楽しみください!!

【閉講式】14:30~15:00

音楽講座終了後、皆勤賞・精勤賞の表彰式を行います。今年度のふれあい学級を振り返り、次年度の計画や希望について皆さんで話し合しましょう。

無線放送を前日の夕方にさせていただくことになりました。  
ご了承くださいませよう、宜しくお願い致します。

## 第32回 米子市公民館

### ふれあい発表会

会場: 米子市文化ホール



12月16日(土)

舞台の部 13:00~16:00 メインホール  
(開場12:30)

展示の部 10:00~17:00 イベントホール

12月17日(日)

展示の部 10:00~15:00 イベントホール

☆福生西公民館からは舞台の部で養生太極拳の皆様が出演されます。

詳しくは各戸配布の案内チラシをご覧ください。



## 公民館からのお知らせ



### 年末年始休業日

12月29日(金)~令和6年1月3日(水)

\*公民館を使用される方は事前の申請と鍵の借用をお願いします。

公民館玄関扉改修工事が今後予定されています。  
(着工日程は未定)

工事期間中はご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

## 公民館年末大掃除



日時: 12月11日(月) 9:00~(2時間程度)

教室・同好会、運営委員の皆様にお世話になります。

1月の予定 4日(木) 仕事始め

## 【リモート運動体験！！】

～映像を見ながら一緒に運動しませんか～

リハビリ専門職による運動教室「ふらっと運動体験」の様子を公民館で中継放送します。(予約不要、参加希望の方は当日会場にお越しください。)

■日時 12月15日(金)

10時30分～

■会場 福生西公民館

■持ち物 上履き

水分補給用の飲み物

汗拭きタオル

■参加費 無料

■お問合せ 米子市フレイル対策推進課

23-5458

※中継放送のため、運動指導者は公民館には来ません。



### 保健師の出張！なんでも健康相談

生活習慣、健康のこと、日ごろの心配ごとなど、どなたでもどうぞ。赤ちゃんの体重測定、血圧測定、握力測定等もしています。(今月は栄養士は来ません。)

日時：12月12日(火)

午前10時から  
11時30分

場所：福生西公民館 1階

連絡先：米子市健康対策課

23-5454



福生西地区  
担当保健師 後藤です

～体の冷え どこを温める？～  
最も温めたい場所は“お腹”です。お腹はたくさんの臓器や血液が集まっている体の中心です。血液は約45秒で体を一周するため、お腹を温めることで効率的に全身を温めることができます。また、体が温まると、免疫力もアップして感染症等にかかりにくくなります。



## 福生西公民館祭

11月5日(日)福生西公民館祭におきまして作品展示、健康相談、お茶席、即売、バザー、子どもの遊びコーナー等を行いました。お陰様で盛況のうちに終わることができました。感謝申し上げます。

前日の準備、当日の片付けなど、ご協力いただきました役員の皆様ありがとうございました。



《青少年育成会からのお知らせ》

## 「子どもしめ縄作り」



日時：12月17日(日)10:00~12:00

場所：福生西公民館

対象：小学1年生~6年生(1年生は保護者同伴)

持ち物：上靴、手拭きタオル

参加費：無料

締切：12月11日(月)までに、福生西公民館までお申し込みください。

\*参加申し込み書は学校を通じて児童へ配布して頂いております。

## 「皆生川柳会」

開催日：毎月第4(金)

時間：AM10:00~12:00

会員数：8名



初回開催2015年7月、丸8年経過。  
川柳は頭の体操、老化防止に役立ちます。  
五、七、五で頭をひねってみませんか？  
いつでも見学待っています！

～会員募集中～



## 集まれ！にしっこクラブ

0~3歳位のちびっこお母さんたちの交流・情報交換の場です。お気軽にお出かけください。

とき：毎週火曜日 10時~11時半

ところ：福生西公民館

## にしっこクラブ月の予定

5日(火)

12日(火)

19日(火)

