

令和5年7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



7月の行事予定

1	土	
2	日	
3	月	女性部会 文化教養部会
4	火	交通安全講習 にっこクラブ
5	水	
6	木	
7	金	ふれあい学級(家庭講座)
8	土	
9	日	
10	月	小地域懇談会打合せ
11	火	出張!なんでも健康相談 にっこクラブ
12	水	
13	木	夏まつり盆おどり練習会
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	海の日
18	火	にっこクラブ
19	水	
20	木	在宅福祉員見守り連絡会 民生児童委員協議会定例会 自主防災連合会研修会
21	金	リモート運動体験 夏まつり盆おどり練習会 骨量測定&ミニ講和
22	土	青少年育成会「夏休み防犯パトロール」
23	日	
24	月	自治会長会
25	火	にっこクラブ
26	水	
27	木	ふれあい学級(防災講座)
28	金	
29	土	
30	日	福生西ふれあい夏まつり

8月の予定

18日(金) ふれあい学級(音楽講座)

《文化教養部からのお知らせ》

《第4回ふれあい学級》 【家庭教育講座】

「石川ちゃん&ゆかりん夫妻の
明るい家庭の作り方」

日時：7月7日(金) 13:30~15:00

場所：福生西公民館

講師：フリーアナウンサー

田中 友香理 氏



※コミュニケーションが不足してしまうと様々なトラブルになります。お話を聞いて考えてみましょう。

《第5回ふれあい学級》 【防災講座】

「地震に備える」【福生西自主防災連合会共催】

日時：7月27日(木) 13:30~15:00

場所：福生西公民館

講師：米子市 地域振興課

調整官 真壁 康夫 氏



※日ごろから地震に対して備えるために、地震の話を中心に講義をしてもらいます。

福生西ふれあい夏まつり



日時：7月30日(日) 15:00~18:00(終了予定)

15:00~子どもみこし行列

(福生西公民館から皆生海浜公園まで)

場所：皆生海浜公園

遊びのコーナー・バザーコーナーをはじめ、芸能大会、盆おどり大会など、子どもたちを主体に規模を縮小して開催いたします。ご家族おそろいでお出かけ下さい。

※詳細は各戸配布のチラシをご覧ください。チラシに抽選券をつけております。当日はチラシをご持参ください。

まつり当日の抽選券配布はありません。

海浜公園周辺にお住いの皆様には、騒音、交通等大変ご迷惑をおかけしますが、なにとぞご容赦お願い申し上げます。

夏まつり盆おどり練習会

日時：7月13日(木) 19:00~

7月21日(金) 19:00~

場所：福生西公民館 2階集会室

女性部、子ども会育成会、保健推進員会、食生活改善推進員会の皆さんを中心に夏まつり盆おどりの練習会です。

どなたでも参加できますので、皆様ぜひご参加下さい。



除草作業のご協力ありがとうございました。

公民館運営委員会、公民館教室・同好会、環境をよくする会の他、有志の皆さまのご協力により、公民館周辺の草刈りと除草、樹木の剪定をしていただきました。

お忙しい中、大変お世話になりました。
おかげですっきり、きれいになりました。

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。

日時：7月11日（火）
午前10時から
11時30分

場所：福生西公民館
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

蒸し暑い日が続く季節になりました。

熱中症に注意して過ごしましょう。

「熱中症初期の症状」

- ☐こむら返り
- ☐立ちくらみ
- ☐拭いても拭いても汗が出る
- ☐めまい

⇒冷所で安静に。体を冷やして、経口
補水液等の水分補給を。



あなたの骨は大丈夫？

骨量測定＆ミニ講話 参加者募集！！

骨の強さを表す骨量は年齢を重ねると減っていきます。
骨量測定であなたの骨の健康状態を調べてみませんか？
骨粗しょう症予防のための食事や運動についてもミニ講座でお伝えします。



日程：7月21日（金）

午後1時30分～ 3時30分（受付1時から）

場 所：福生西公民館 2階集会室

内 容：・骨量測定（かかとの骨を超音波で調べる簡単な検査）
・ミニ講話 ①骨粗しょう症とは？ ②骨粗しょう症の予防法
米子市健康対策課の保健師・管理栄養士・リハビリ専門職がお伝えします。

対 象：市内の方ならどなたでも

申込み：7月5日（水）から7月18日（火）までに

福生西公民館（☎23-1397）に申込みください。（先着 25名まで）

参加費：無料

主 催：米子市健康対策課

※片足だけ裸足になっていただくので、脱ぎやすい靴下等でお越しください。

《福生西地区青少年育成会からのお知らせ》

夏休み防犯パトロールのご案内

福生西公民館に集合し、自転車でパトロールします。

地域の子どもの健全育成にご協力をお願いします。

青少年育成会員は、パトロールに参加をお願いします。（小雨決行）

実施日：7月22日（土）19：00～
8月19日（土）18：00～

※雨天時で実施不明の場合は
会長の能勢まで連絡下さい。
（TEL 22-4674）



【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 7月21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。



交通安全講習のご案内

日時：7月4日（火）10：30～

場所：福生西公民館 2階集会室

講師：鳥取県米子警察署シルバー・セイフティー・インストラクター

眞山 千明 氏

内容：交通安全について

対象：シニア世代の方

主催：シニア世代応援分科会・交通安全協会福生西支部

《体育部からのお知らせ》

グラウンド・ゴルフ大会の結果

5月28日（日）参加14チーム

団体の部 優勝 西2区自治会 チーム
準優勝 西6区自治会 Aチーム
第3位 西3区自治会 チーム

個人の部 優勝 岩崎 重利さん（西6区）
準優勝 八幡 俊秀さん（西2区）
第3位 別所 瑞子さん（西2区）

ホールインワン賞 20名



選手・役員の皆さま
おつかれさまでした。



集まれ！にしっこクラブ

0～3歳位のちびっこと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7月の予定

4日（火）
11日（火）
18日（火）
25日（火）



ご寄付のお礼（香典返し）

福生西地区社会福祉協議会にご寄付いただきました。
地区福祉事業に役立たせていただきます。
ありがとうございました。

西1区 福井 聡子 様（故 福井 将夫 様）