

令和5年 10月

福生東公民館だより

TEL 34-3150・FAX 34-3177 E-mail fukuikkee@chukai.ne.jp

「福生ふるさと塾」のご案内

●ふるさと塾（第8回）

日時 10月17日（火）10:00～11:30

場所 福生東公民館

内容 家庭教育講座

『明日の世界を若い人たちに無事に手渡すために』

講師 福生中学校 校長 安次 里絵 氏



●ふるさと塾（第9回）

日時 11月13日（月）9:00～13:50（9:00公民館集合）

内容 現地学習『大山寺周辺散策』 ※小雨決行です。

大山町ガイドボランティアさんに説明していただきながら、

大山寺～大神山神社周辺をおよそ90分間、散策します。

参加費 2,000円（バス代・昼食代・拝観料）

定員 30名（定員になり次第締め切ります）

※10月4日（水）から10月27日（金）までに参加費を添えて、公民館にお申し込みください。



保健推進員会 健康ウォーキング

10月12日（木）9:00

公民館集合・出発

暑いかもしれませんので、水分補給を！



自転車防犯パトロール隊

街角防犯パトロール

10月2日（月）14:30～

防犯パトロール

10月16日（月）14:30～

※16日は14:30に公民館にお集まりください。



福生東地区社会福祉協議会からお礼申し上げます。

香典（玉串料）返しとしてご寄付いただきました。

9区 真野 睦美様 金一封 11区 荒川 渉様 金一封

地区社会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。



福生東公民館祭



～人・モノ・文化を交流し いっしょに 学ぼう・遊ぼう・味わおう！～

日時 11月5日（日）9:00～15:00

場所 福生東公民館

配付のチラシをご覧ください。たくさんのイベントで皆様のお越しをお待ちしております。公民館多目的広場と福生東小学校運動場を駐車場としておりますので、近隣商業施設等への駐車はしないようお願い致します。

《お知らせ》公民館振替休日 11月6日（月）

公民館祭の振替で、職員は休ませていただきます。公民館を利用される方は、事前に手続きをお願いします。



おいしく食べて健康づくり教室

テーマは「カルシウムをしっかりとりよう！」

丈夫な骨を保つためのヒントが見つかるかもしれません。ぜひ、ご参加お待ちしております。

とき 10月24日（火）午前10時～午後1時

ところ 福生東公民館

内容 調理実習と健康づくりのお話

講師 米子市健康対策課 管理栄養士・保健師

献立 サバ缶のレモン醤油パスタ、ひじきのサラダ、きな粉牛乳プリン

材料費 300円

持ち物 エプロン・三角巾・マスク・てふきタオル

申込み 10月17日（火）までに福生東公民館（電話34-3150）へお申込みください。福生東地区 食生活改善推進員会・保健推進員会、米子市健康対策課



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 10月26日（木）午前9時30分から11時30分

場所 福生東公民館

連絡先 米子市健康対策課 23-5454

福生東地区
担当保健師 後藤です



～健診はお済みですか？～
健診は元気な人だけでなく、通院中の方も対象です。健診期間は12月末までです。10月以降は混み合います。早めの予約をおすすめします。



リモート運動体験！！ ～映像を見ながら一緒に運動をしませんか～

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 令和5年10月16日（月曜日）10時30分～12時

■会場 福生東公民館 ■参加費 無料

■持ち物 上履き、水分補給用の飲み物、汗拭きタオル

■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。※都合がつく時間からでも参加できます。



10月の行事予定

1	日	校区民親睦大運動会9:00
2	月	公民館振替休日 街角パトロール14:30
3	火	
4	水	
5	木	
6	金	人づくり・まちづくり推進委員会19:30
7	土	
8	日	
9	月	【スポーツの日】
10	火	学習講座9:00
11	水	
12	木	健康ウォーキング9:00
13	金	
14	土	
15	日	
16	月	リモート運動体験10:30 下校時防犯パトロール14:30
17	火	福生ふるさと塾10:00
18	水	
19	木	
20	金	
21	土	
22	日	校区グラウンドゴルフ大会9:00
23	月	
24	火	おいしく食べて健康づくり教室10:00
25	水	
26	木	なんでも健康相談9:30
27	金	
28	土	
29	日	
30	月	
31	火	

11月の行事予定

- 5日(日) 公民館祭
- 13日(月) 第9回ふるさと塾
- 19日(日) 凧揚げ大会



週末子ども支援事業10月の日程

- とんぼクラブ
10月14日(土) 9:30~11:30
内容: ドリームキャッチャー作り
バルーンアート
費用: 100円
持ち物: 飲み物
※公民館祭展示のため作品は預かります。
- 茶道教室
10月14日(土) 10:00~12:00
10月28日(土) 10:00~12:00
※いずれの教室も初歩からの指導で、気軽に参加することができます。
みなさんの参加をお待ちしております。
※「3密」を避け、手指消毒や手洗いを守ってご参加ください。

子育てサークルなかよしCLUB

- イベント
【日時】10月3日(火) 10:30~11:00
【内容】英語リトミック ~ハロウィンを楽しもう~
Olive English Club 前畑先生
 - 定例会
【日時】10月17日(火) 10月31日(火)
10:00~11:30
【会場】イベント・定例会ともに 福生西公民館
○会場をお間違えにならないようにご注意ください。
- ※11月29日(水) 10:30~12:00 福米東・西、福生東・西サークル合同運動会を開催予定です。参加をご希望の方は、準備の都合上10月31日(火)までに「子育て情報ステーションCHUCHU」内、支援センター担当までご連絡ください。(TEL 33-4122)
- メンバーを募集しています!!**
なかよしCLUBは、メンバーを募集しています。
興味のある方は、新開子育て支援センターCHUCHUにご連絡ください。(TEL 33-4122)

第24回秋のゴルフコンペのお知らせ 【福生東ゴルフ同好会】

日時: 11月3日(金・祝)
7:45スタート予定
プレー代: 9,840円(セルフ・食事代込み)
参加費: 3,000円
場所: 米子ゴルフ場
(米子市両三柳3192-2)
申し込み方法: ライン又は
米子中央ゴルフ倶楽部まで
お問い合わせ先: 米子中央ゴルフ倶楽部まで
TEL: 35-5566
FAX: 35-5246

8月22日(火) 学習講座 健康ボクシング



シュガーナックルジムのスタッフさんにご指導いただきました。パンチでストレス発散もできました。

8月31日(木) 福生ふるさと塾 健康講座



辻田耳鼻咽喉科医院 辻田院長にご講演をいただきました。とても分かりやすいお話で、めまいについて知識を深めました。

9月5日(火) 福生ふるさと塾 地域講座



米子市文化財団の岡先生にご講演いただきました。米子城の魅力をたくさん知ることができました。

9月2日(土) 小地域懇談会11区~14区



安来市加納美術館 加納名誉館長にご講演いただきました。心に響く貴重なお話でした。

おめでとうございます

令和5年度米子市民体育祭
第81回野球大会

福生東チーム
第2位



学習講座

《クラフトテープでかご作り》

日時 10月10日(火) 9:00~12:00
場所 福生東公民館
講師 木下 寿美子 氏
持ち物 ハサミ・木工用ボンド・洗濯バサミ(10個)
目打ち・毛糸のとじ針
★申し込みは、締め切りました。
申し込まれた方は、忘れずにお越しください。

校区グラウンドゴルフ大会

日時: 10月22日(日)
試合開始 9:00
(競技説明 8:45~)
場所: 福生東小学校グラウンド

皆さまのご参加をお待ちしています。

