

令和5年 8月

福生東公民館だより

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



福生東公民館 納涼祭

笑顔はじける夏祭り！みんなで創ろう・楽しもう！

日時：8月5日（土）18時～20時

場所：福生東公民館 多目的広場 《小雨決行・雨天中止》

皆さまの参加を
お待ちしております！

「福生ふるさと塾」のご案内

●ふるさと塾（第5回）

日時 8月31日（木）13：30～15：00 ※時間にご注意ください。

場所 福生東公民館

内容 健康講座『めまいについて』

講師 辻田耳鼻咽喉科医院 院長 辻田 哲朗 氏



●ふるさと塾（第6回）

日時 9月 5日（火）10：00～11：30

場所 福生東公民館

内容 地域講座

『魅せる！米子城 ～米子城の魅力とVR体験～』

講師 一般財団法人 米子市文化財団 岡 雄一 氏



七夕祭り、精霊送り

～ささ竹、供え物の持ち出しについて～

【七夕祭り】

日時 8月 8日（火） 8：30まで

場所 福生東公民館 自転車小屋

【精霊送り】

日時 8月16日（水） 8：30まで

場所 福生東公民館 駐車場

- ささ竹はそのままでも、透明又は半透明の袋に入れられてもかまいません。
 - 供え物は紙袋や紙箱に入れずに、透明又は半透明の袋に入れて出してください。
 - 通常の家庭ごみは出せません。
 - 塔婆・仏具・提灯などは出せません。
- ※詳しくは、回覧文書等でご確認ください。

学習講座のお知らせ 健康ボクシング体験

日時 8月22日（火）10：00～11：30

場所 福生東公民館

講師 シュガーナックルジム スタッフさん

持ち物 タオル、飲み物、上靴

参加費 無料

申込み 8月14日（月）までに福生東公民館（0859-34-3150）へお申し込みください。定員になり次第締め切ります。

※定員 大人の方10名



青少年育成会 流しそうめん大会

日時 8月11日（金）

10：00～15：00

場所 福生東公民館

※申し込みをされた方は、忘れずにご参加ください。



地区社会福祉協議会 夏休みの工作

【橋の模型を作ろう】

日時 8月21日（月）

13：00～16：00

場所 福生東公民館

※詳しくは、小学校で配布したチラシをご覧ください。



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8月21日（月曜日）10時30分～12時

■会場 福生東公民館

■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。

※都合がつく時間からでも参加できます。



自転車防犯パトロール隊

夏休み防犯パトロール

8月 7日（月）

8月21日（月）

※17：00 公民館集合

※定例パトロールは夏休み期間のためお休みします。



保健推進員会 健康ウォーキング

熱中症の危険が高くなるため
8月は健康ウォーキングは中止します。

ウォーキングは、涼しい時間帯に休憩、水分をとりながら無理をせずに続けてください。



福生東地区社会福祉協議会からお礼申し上げます。

4区 本田 貢 様 10,000円

6区 星野 修 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。

8月の行事予定

1	火	
2	水	体育部会19：30
3	木	自治会長会19：30
4	金	
5	土	納涼祭18：00
6	日	
7	月	夏休みパトロール17：00
8	火	
9	水	
10	木	
11	金	【山の日】 そうめん流し大会10：00
12	土	
13	日	
14	月	
15	火	
16	水	
17	木	
18	金	
19	土	
20	日	福生中学校区人権・同和教育講演会
21	月	リモート運動体験10：30 夏休みの工作教室13：00 夏休みパトロール17：00
22	火	学習講座①10：00
23	水	
24	木	なんでも健康相談9：30
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	
30	水	
31	火	第5回ふるさと塾13：30

9月の行事予定

5日（火）第6回ふるさと塾

日程未定 第7回ふるさと塾

※日程は、9月の公民館だよりでお知らせします。

週末子ども支援事業8月の日程

●とんぼクラブ

8月はお休みします。

次回は、9月です。



●茶道教室

8月19日(土)10：00～12：00

8月26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

●定例会

【日時】8月 1日（火）
10：00～11：30

【会場】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。



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)

6月21日（水）敬老会

創価学会米子文化会館において
敬老会を開催しました。楽しく
和やかな会となりました。参加
者の皆さま・関係者の皆さま、
本当にありがとうございました。



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。管理栄養士も来ます！

日時：8月24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



暑さが続っていますが、体調はいかがですか？

＜夏バテしやすい人の特徴＞

- 食事が偏っている 麺類、菓子パンで
すませがち
- 冷たい飲み物をよく飲む
- 水分はあまり摂らない
- 冷房の効いた室内でじっとしていることが多い

⇒食べる、動く、休むことを
意識しましょう。

- ・1日3食、決まった時間にしっかり噛んで
- ・涼しい時間帯に散歩やラジオ体操を
- ・ぬるめのお湯でゆっくり入浴



ご案内 【ヨガ教室 月曜日コース】

日時 毎週月曜日 10：00～11：00

講師 難波 節子先生

会費 月1,500円

ぜひご参加ください。
お待ちしております。



6月22日（木） 福生ふるさと塾 介護予防講座



「口腔・歯の健康について」と題し、かわ
つ歯科医院 院長 河津 嘉孝氏にご講演
いただきました。

7月2日（日）日野川清掃



地域を流れる日野川、水貫川の清掃を行
いました。たくさんの方にご参加いただき、
ありがとうございました。

7月10日（月） 福生ふるさと塾 人権講座



「ヤングケアラーについて」と題し、米子児
童相談所 相談課長 内藤 佐弥子氏にご講
演いただきました。

7月20日（木）盆踊り講習会



福生東小学校3年生の皆さんと一緒に講習
会を行いました。伝統文化を楽しみ、笑顔
があふれる会となりました。