



ごせんごく公民館だより

TEL 26-0536
FAX 26-4852
メールアドレス
gosengok@chukai.ne.jp

能登半島地震義援金箱設置

令和6年能登半島地震災害により、石川県等に甚大な被害が発生いたしました。この災害による被災地の方々の生活を支援するため、公民館に義援金箱を設置いたしました。皆さまの温かいご支援をよろしくお願いいたします。



★★★新しい本が入りました★★★

- 「木挽町のあだ討ち」 永井 紗耶子
- 「星を編む」 凧良 ゆう
- 「人間標本」 湊 かなえ
- 「ばんとう」 山陰初の私立中学校をつくった男 喜多川 泰
- 「続 窓ぎわのトットちゃん」 黒柳 徹子
- 「ハンチバック」 市川 紗央
- 「ポンコツ一家」 にしおか すみこ
- 「君のクイズ」 小川 哲
- 「八月の御所グラウンド」 万城目 学



公民館1階の談話室に話題の本を取り揃えました。新しい本の貸出しは2月からです。

松寿会 新年親睦会

1月17日（水）松寿会の皆さんが、新年親睦会を開催されました。フィットネスクラブPAJAのインストラクター山川了史氏をお迎えして講演していただき、いつまでも元気でいられるように誰でもできる、そして続けられる簡単な体操を教わりました。またメンバーの有志で作った豚汁を頂きながらの楽しい昼食をとり、有意義な時間を過ごされました。



美味しく食べて健康づくり教室

1月18日（木）に美味しく食べて健康づくり教室が開催されました。健康対策課 栄養士の米田氏をお迎えして体に良い食事について講演していただき、調理実習も行いました。美味しいご飯もいただいて楽しい会となりました。



シニアカフェ

1月23日（火）にシニアカフェが開催されました。フレイル対策課の小椋義文氏をお迎えして楽しくフレイルについて学び、食生活改善推進員のみなさんが作って下さったご飯をいただき賑やかに時間を過ごすことができました。



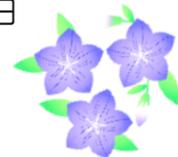
ご冥福をお祈りいたします。

八幡1区 谷口 梅子 様 12月27日 福市2区 内藤 勝彦 様 1月17日

五千石地区社会福祉協議会よりご寄付のお礼

八幡1区 谷口 広之 様 福市2区 内藤 祐介 様

地域の福祉活動に役立てさせていただきます。ありがとうございました。



2月の行事予定・同好会等予定

日	曜	行事・会議	同好会等
1	木		将棋12:00~
2	金	リモート運動体験10:30~ 体育部会19:30~	公民館
3	土		
4	日		囲碁大会12:30~ 山野草13:30~
5	月		ヨガ13:30~
6	火		コーラス19:00~
7	水		
8	木	健康相談13:30~	公民館
9	金	友愛訪問11:00~	地区内
10	土		
11	日	建国記念日	囲碁13:00~
12	月	振替休日	
13	火		
14	水		
15	木		将棋12:00~ 立体ちぎり絵13:00~
16	金		
17	土		山野草13:30~ 手話19:30~
18	日	グラウンド・ゴルフ体験会	日野川河川敷
19	月		コーラス10:00~ 囲碁13:00~
20	火		ヨガ13:30~
21	水		子育てサークルぽっぽ13:00~ コーラス19:00~
22	木		ブックス13:30~ 立体ちぎり絵13:00~
23	金	天皇誕生日	eスポーツ10:00~ 将棋12:00~
24	土		
25	日		囲碁13:00~
26	月		ヨガ13:30~
27	火	自治会長会19:30~	公民館
28	水		
29	木		将棋12:00~

3月の行事予定・同好会等予定

日	曜	行事・会議	同好会等
1	金		
2	土		
3	日		囲碁13:00~
4	月		山野草13:30~ ヨガ13:30~
5	火		コーラス19:00~

1月20日現在の予約に基づいて記載しています。予定が決まっている同好会は早目に記載をお願いします。

保健師の
出張なんでも健康相談

赤ちゃんから大人の方まで、どなたでもふらっとお立ちよりください♪
 ・赤ちゃんの体重測定 ・ 血圧測定、体脂肪測定、握力測定
 ・健康のこと(その他)で聞いてみたいな、などなど

日時：令和6年2月8日(木) 13時30分から15時30分
 場所：五千石公民館

※今月は第二木曜日に開催します！ 米子市健康対策課 23-5454

*健診結果や血液検査の結果等がありましたら、お持ちください。



支え合おうイキキ生活 ～フレイル予防講演会～

開催日時 令和6年2月24日(土) 13:30~16:10
 会場 米子市文化ホール
 講師 宮川 大介・花子 氏他
 主催 鳥取大学医学部 米子市



食生活改善推進員になりませんか？
養成講座受講生募集



- 【対象】 講座終了後に推進員として地域の健康づくりに活動できる方。(男女問いません)
- 【日時】 5/17(金)・6/4(火)・7/2(火)・9/3(火)・10/8(火)・11/12(火) 6日間 9:40~13:30(5/17のみ9:30~正午まで)
- 【内容】 調理実施・講義 (健康づくり・食品衛生・環境など)
- 【費用】 実習材料費(1回あたり300円程度)
- 【場所】 米子市福祉保健総合センター(ふれあいの里)3階
- 【申し込み】 五千石公民館 ☎ 26-0536
- 【申込締切】 令和5年3月29日(金)



みなさんの参加をお待ちしています。

館長さんのよもやま話

館長 内田 正志

福市の日野川に架かる山陰道の米子大橋上流には、たくさんのハクチョウが、今冬も5000kmも離れたシベリアのツンドラ地帯からやって来た。日野川堰で水がせき止められ、池のようになった場所はハクチョウたちにとって格好のねぐらとなっている。米子大橋の橋脚工事も一段落したためか、多い日には100羽近くのコハクチョウに交じってオオハクチョウも数羽いるようだ。朝、日の出のころになると、安来市の能義平野の「白鳥ロード」近辺の水田にえさ場を求めて飛び立っていく。八の字の形に隊列を作って福市上空を飛んでいく姿は、雄大で見ごたえのあるものである。このようなハクチョウの姿が見られるのは、五千石の特権であり、とてもありがたいことである。

こんにちは！
尚徳中学校です。

ようこそ先輩プロジェクト

1月17日(水)に2年生が自分たちの出身小学校で、「ようこそ先輩プロジェクト」を実施しました。それぞれの小学校で、一緒に校歌歌ったあと、先輩(中学生)が自己紹介として、今がんばっていることを発表しました。その後は、全校でのレクリエーションや、各クラスに分かれてカードゲームや風船バレーなど小学生のみなさんと一緒に活動を行いました。中学生は「匂いが懐かしい」、「天井ってこんなに低かったけ」など自分自身の成長を実感している様子でした。また、小学生に優しく関わる姿からは、それぞれの地域の中学生として頼もしさも感じました。小学生とも心温まる時間を一緒に過ごすことができましたありがとうございました。

五千石小学校



尚徳小学校



成実小学校



◎この項に関してご意見、ご質問などがございましたら、26-3451(尚徳中)までお電話ください。

五千石小学校からのお知らせ
〈2月の主な行事予定〉

- 1日(木)給食訪問6年 学校保健委員会
- 5日(月)あいさつ運動 委員会
- 8日(木)居住地交流 SC井上先生 給食訪問1年
- 9日(金)6年生家庭科GTI, 2校時
- 11日(日)建国記念の日
- 12日(月)振替休日
- 13日(火)避難訓練2校時
- 14日(水)ほっとHOTタイム 加納先生5,6,3年生 SC布野先生(午前)
- 15日(木)新入生説明会・物品販売
- 16日(金)5・6年生スキー教室
- 19日(月)クラブ活動
- 20日(火)フリー参観日(3,4校時) 第3回学校運営協議会
- 21日(水)ほっとHOTタイム 加納先生(5,6,4年) 米子市児童美術作品展(~3月4日)
- 22日(木)給食訪問4年 SC井上先生 ALT(6,5,2,3,4年) 仁愛先生書写指導(6年)
- 23日(金)天皇誕生日
- 26日(月)委員会・クラブなし
- 27日(火)フッ化洗口 東みずほ幼稚園年長園児来校

〈3月の主な行事予定〉

- 3月5日(火)6年生を送る会
- 3月11日(月)12日(火)学期末懇談会
- 3月19日(火)卒業式
- 3月22日(金)修了式

校内書き初め展を行いました

1月16日(火)~26日(金)校内書き初め展を行いました。学校で、家庭で書いた作品は力作揃いでした。参観日で保護者の皆様にも見ていただくことができました。

