

# 令和6年3月 あがた公民館だより

〒689-3521  
米子市河岡5番地  
電話：27-1010  
FAX：27-1982  
E-mail: agata@chukai.ne.jp

## 県公民館体育施設使用団体代表者会議

日時：3月4日(月) 19:30~  
場所：県公民館



令和6年度の体育館・グラウンドの使用について説明会を開催します。使用を希望される団体（現在使用されている団体・新規で申し込みをされる団体）は、必ず1名のご出席をいただきますようお願いいたします。

## 保健師の出張！なんでも健康相談日程変更のお知らせ

日時：3月12日(火) 9:30~11:30  
場所：県公民館



※3月19日でお知らせしておりましたが、**今月のみ第2火曜日**の3月12日に変更します。

あがた地区担当保健師のヤマサキです。毎月1回第3火曜日に、あがた公民館1階和室で健康相談を開催しています。

- ・赤ちゃんの体重チェック
- ・血圧測定や体脂肪測定
- ・米子健康ええがん体操、よなGoGo体操、フレイル予防体操など
- ・その他いろいろな相談

\*健診結果や血液検査の結果等がありましたら、ご持参ください。  
\*発熱・風邪症状がある方はご遠慮ください。  
米子市健康対策課 (0859) 23-5454

## 犬の登録・狂犬病予防接種

日時：4月12日(金) 14:40~14:55  
場所：県公民館

- ・新規登録手数料：3,000円
- ・注射済票交付手数料：550円
- ・狂犬病予防注射：2,750円



すでに登録されている方は、犬の登録証と郵送された案内文書（狂犬病予防注射済票交付申請書）をご持参ください。

お問合せ先：米子市環境政策課 (Tel 23-5257)

## 能登半島地震義援金を受け付けます

- 受付期間  
3月22日(金)まで  
(変更する可能性があります)
- 受付場所  
県公民館 市内各公民館 市役所ほか
- 受付時間 (休館日を除く)  
平日午前8時30分~午後5時
- 義援金の取り扱い  
日本赤十字社を通じ石川県に送金します  
※受付は現金のみとさせていただきます



## 公民館・各種団体総会

日にち：4月13日(土)  
場所：県公民館



- ご案内する団体
- 自主防災組織連絡協議会
  - 自治連合会、環境をよくする会
  - 社会福祉協議会、青少年育成会
  - 人権・同和教育推進協議会
  - 公民館運営委員会、防犯協議会

詳細は、役員の方に別途ご案内いたします。

## 子育てサークルつくしんぼ

日時：3月8日(金)  
10:00~12:00  
場所：県公民館 和室



今年度最後の子育てサークルです。子育て中のパパやママ、おじいちゃん、おばあちゃんもお気軽にお越しください。

## 【3月の予定】

1	金		エアロビクス・パソコン・習字
2	土		大正琴
3	日		
4	月	体育施設使用団体代表者会議	体操・民謡
5	火		ダンス
6	水		チェアヨガ・空手・フラダンス・ヨガ・民謡
7	木		習字・民謡
8	金		つくしんぼ・習字・民謡
9	土		フラダンス・民謡
10	日		
11	月		体操
12	火	保健師のなんでも健康相談	ダンス
13	水		ポッチャ・空手・フラダンス・ヨガ・手話
14	木	民生委員協議会	習字
15	金		エアロビクス・パソコン・習字・民謡
16	土		大正琴
17	日		
18	月		体操
19	火		ダンス
20	水	春分の日	空手・フラダンス・ヨガ・民謡
21	木	在宅見守り活動	習字・民謡
22	金		習字・民謡・ばら
23	土		フラダンス・民謡
24	日		
25	月		体操
26	火		ダンス
27	水	自治会長会	チェアヨガ・ポッチャ・空手・ヨガ・手話
28	木		習字
29	金		習字・民謡
30	土		
31	日		

## 4月の予定

- 4日(木) 合同部会
- 12日(金) 狂犬病予防接種
- 13日(土) 各種団体総会
- 19日(金) 在宅福祉員会総会
- 21日(日) 春季一斉清掃



「リモート運動体験」 2月15日（木）実施

毎月1回、リハビリ専門職による運動教室「ふらっと運動体験」の映像を公民館で中継放送し、映像に合わせて無理なく体を動かします。今年度は今回が最後となりましたが、今後の予定は新年度の公民館だよりでお知らせします。



キアヨガ教室 受講生募集!

ヨガ初心者の方大歓迎

料金と時間が変わりました

料 金：初回無料！ / 2回目～¥500  
 開催日：3月 6日・27日（毎週水曜日）  
 時 間：午前10:15～午前11:00（45分）  
 申込先：あがた公民館（0859-27-1010）  
 または左記のQRコードから



※当日は水分をご用意いただき、動きやすい服装でお気軽にご参加ください



講師：清水 ルミ

「えしこに」をご存じですか？  
 米子市ふれあいの里総合相談支援センター

●相談先がわからない…

●他で相談したら断られた…

●困っている人をどう支えれば  
 いいかわからない

複雑な福祉の困りごとを  
 一体的に支援!

米子市ふれあいの里総合相談支援センター  
 開所時間：月曜日～金曜日（祝日を除く）  
 午前8時30分～午後5時15分  
 【連絡先：えしこに ☎21-8428】



～公民館・体育館・グラウンドを使用される皆さまへ～

皆様に気持ちよくご利用いただくため次のことにご協力ください。

- 県公民館及び附属施設使用許可申請書を事前に提出いただき、使用許可を受けてください。
- 夜間・休日・休館日に使用される場合は、事前にカギを借りに来てください。
- 使用後は速やかにカギの返却をしてください。
- 使用時間は午前9時から午後10時までです。
- 使用の変更（中止・時間）は事前に連絡をお願いします。
- 使用後は電気・エアコン・火の元の確認をした上、ごみは各自でお持ち帰りください。机・イス・体育用具等の備品は元の位置に戻し、必ず清掃を行ってください。（雑巾がけ・モップ・トンボなど）
- スリッパの整理整頓をお願いします。
- 体育館のトイレが使われた場合は、トイレの清掃もしてください。
- 使用後は、「公民館使用確認票」または「体育館・グラウンド使用確認票」を記入してください。
- 館内・敷地内は、禁酒・禁煙です。



見守り新鮮情報

スマホの通信費が前月より2万円ほど高かったため、携帯電話会社に確認したところ、自分のスマホから海外にSMSを送信していたと判明した。

数カ月前

に「荷物を預かっている」というSMSが届き、URLをタップした。そのときに不審なアプリをダウンロードしてしまったのかもしれない。（70歳代 女性）



宅配便業者を装ったSMS URLにアクセスしないで

ひとこと助言

- 宅配便業者の不在通知を装って送られてくるSMS（ショートメッセージサービス）に、偽サイトに誘導するためのURLが記載されており、アクセスしたことにより、自分のスマホが不正利用されるという被害が起きています。
- SMSで不在通知が届いても、記載されているURLにアクセスしてはいけません。電話窓口や公式ホームページ等で、宅配便業者の正式なサービスか調べ、真偽を確認しましょう。
- URLにアクセスしてしまった場合は、不審なアプリがインストールされていないか確認しましょう。また、IDやパスワード、暗証番号等の個人情報を入力してはいけません。
- 困ったときは、すぐにお住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください（消費生活ホットライン 188）。



見守るくん

家庭用ゲーム機でも！オンラインゲームの課金に注意

事例 息子が家庭用ゲーム機でゲームのポイントを入手するために、約7万円課金していたことが分かった。ゲーム機にはクレジットカードを登録している父親のアカウントしかなく、息子は父親のアカウントでゲームをしていた。息子は動画サイトでポイントの入手方法を見てその通りにやると言い、課金されていたとは知らなかったようだ。ゲーム機会社に返金を申し出たが、断られた。（当事者：小学生 男児）

ひとことアドバイス

- 家庭用ゲーム機でもインターネットに接続でき、課金アイテムなどが入手できるゲームがあります。
- 最近の家庭用ゲーム機では保護者用と子ども用のアカウントを分けて管理できるようになっています。子どもが保護者の許可なく課金しないように、保護者用のアカウントを子どもに使わせることは避けましょう。保護者用のアカウントで子どもが課金した場合、子どもが課金したと証明することが難しく、未成年者
- 取消しが認められないことがあります。
- 子どもの予期せぬ課金を防ぐためにも、ペアレンタルコントロール機能を利用しましょう。
- オンラインゲームのルールについて、家族でよく話し合うことが大切です。
- 困ったときは、すぐにお住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください（消費者ホットライン188）。



さぼーとくん