

## 尚徳公民館祭のご案内



日 時 令和7年11月9日(日)  
(9:00~13:00)



場 所 尚徳公民館



特別展示 『厚紙切り抜き絵の世界』  
オープニング…米子がいな太鼓保存会尚徳子供連  
風の子マラソン・餅つき・演芸大会  
作品の展示・バザーや抽選会など。



楽しい催し物が盛りだくさんです。  
皆さま、お誘い合わせて  
お出掛けください。



♡チラシの抽選券を忘れずにお持ちください！

## ～～～振替休館日のお知らせ～～～

11月17日(月)は、公民館際の振替休館日です。  
各部屋は使用可能です。事前に鍵の借用をお願いします。

## 尚徳ふれあい講座のご案内

### 第7回【音楽講座】

「歌って笑ってあしたも元気  
～生バンドでみんなで歌いましょう～」



日 時：12月4日(木) 10:00~11:00

場 所：尚徳公民館

講 師：FDBさん(ファンタスティック・ドリーム・バンド)

※講座終了後、【閉講式】を行います。

## 尚徳和みのふるさと情報

### ～みんなで稻刈りをしました！～

10月1日(水)に、尚徳小学校実習体験水田「夢みのる交流の田んぼ」で、5年生児童の皆さんと稻刈りをしました。

尚歯会、尚徳更生保護女性会  
他、地域の皆さまのご協力をいた  
だき、今年も無事稻刈りを終える  
ことができました。本当にありが  
とうございました。



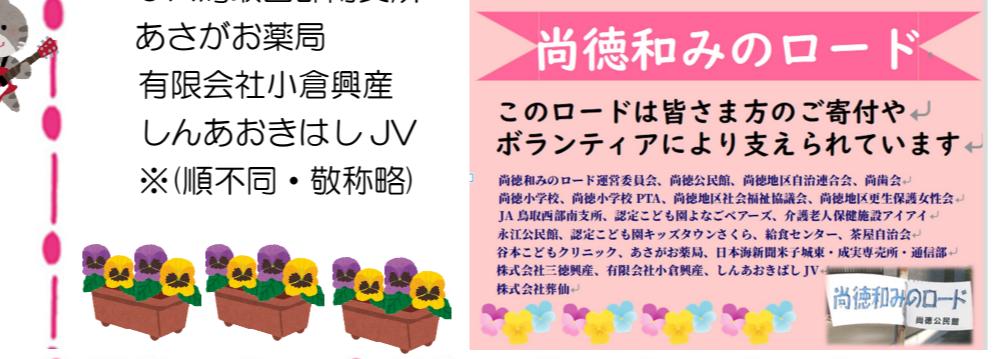
### 尚徳和みのロード運営委員会からのお知らせ ～小さな手が一生懸命動いたよ～

10月24日(金)「尚徳和みの  
ロード」の花の植替えをしました。  
尚徳小学校1年生・4年生・6年  
生の児童の皆さん、ベアーズ、キッ  
ズタウンさくら、永江地区のボラン  
ティアの皆さん、地域の皆さん、ご  
協力ありがとうございました。



また、次の方々よりご寄付をいただきました。厚くお礼申  
し上げます。

谷本こどもクリニック 介護老人保健施設アイアイ  
日本海新聞米子城東・成実専売所・通信部  
JA鳥取西部南支所  
あさがお薬局  
有限会社小倉興産  
しんあおきはしJV  
※(順不同・敬称略)



## ～おいしく食べて健康づくり教室～

テーマは「適塩」と「血圧」。適塩とは、  
自分の身体に適した量の塩をとることです。  
毎日の生活に無理なく取り入れられる健康  
づくりのヒントを楽しく学んで見ませんか。

あなたでも  
ご参加  
いただけます！

と き： 11月18日(火) 午前10時～午後1時

と こ ろ： 尚徳公民館

内 容： 調理実習と健康づくりのお話

「はじめよう適塩生活」「血圧管理のポイント」

講 師： 米子市健康対策課 管理栄養士・保健師

献 立： ごはん、ささみのホイル焼き粒マスタード風味、  
もやしとかいわれの海苔ナムル、小松菜とごぼう  
のごま風味みそ汁、バナナミルクゼリー

材料費： 400円

持ち物： エプロン・三角巾

申 込： 11月11日(火)までに  
尚徳公民館へお申し込みください。  
(電話26-3317)

尚徳地区保健推進員会・米子市健康対策課



予 約 不 要  
無 料

## リモート運動体験+フレイル予防脳活性講座

予 約 不 要  
無 料

認知症予防について知ることのできる、アタマとカラダと  
スマートを使って体験型の脳活性講座です。日常生活での認知  
症予防のポイントについてお伝えします。

■日 時： 11月25日(火) 10:30~12:00

■場 所： 尚徳公民館(2階)

■持 ち 物： 上履き 水分補給用飲み物 汗拭きタオル  
お持ちのスマートフォン  
※お持ちでない方も  
 参加いただけます。



■参 加 費： 無料

■お問合せ： 米子市フレイル対策推進課 23-5458

※12月1日(月)は通常どおり、10:30～  
リモート運動を行います！

## 保健師の出張！なんでも健康相談

※11月の『出張！なんでも健康相談』は、お休みいたします。

12月は通常どおり、赤ちゃんから大人の方まで体重測定、  
血圧測定、体脂肪測定、握力測定や米子市が作成した健康体  
操の紹介、また健康のことについて聞いてみたいこと不安なことな  
どございましたら、是非ご相談ください。



★日 時： 12月 5日(金) 9:30～

★場 所： 尚徳公民館(2階)

★お問合せ： 米子市健康対策課 23-5454

11月

## 行事予定表



日	曜日	行 事	日	曜日	行 事
1	土	公民館祭会場設営	21	金	
2	日		22	土	
3	月	文化の日	23	日	勤労感謝の日
4	火		24	月	振替休日
5	水		25	火	リモート運動体験+フレイル予防脳活性講座
6	木		26	水	自治会長会議
7	金		27	木	
8	土	子育てサークル『たんたん』公民館祭前日準備	28	金	配布物
9	日	尚徳公民館祭	29	土	
10	月	(作品展示のみ)	30	日	
11	火	(作品展示のみ)			
12	水	(作品展示のみ)			
13	木	(作品展示のみ)			
14	金	(作品展示のみ正午まで)			
15	土	公民館祭作品展示撤去 清掃作業	1	月	リモート運動体験
16	日		2	火	
17	月	振替休館日	3	水	
18	火	おいしく食べて健康づくり教室	4	木	ふれあい講座【音楽講座】閉校式
19	水		5	金	出張！何でも健康相談
20	木		6	土	

## ✿今月の同好会✿

同好会名	日	曜日	時 間
唱歌の会	25	火	13:30~
太極拳	27	木	13:00~
洋らん	7	金	10:00~
カラオケ	20・27	木	20:00~
子育てサークルたんたん	8	土	14:00~
花みずきの会	13	木	13:30~
そばの会	28	金	19:00~
ストレッチ	21・28	金	10:00~
ヨガ	4・11・18・25	火	19:30~
フラダンス	19	水	19:00~
グラウンド・ゴルフ同好会	毎 週	水	9:00~

## 尚徳公民館の清掃についてお知らせ

○10月19日(日)に、床清掃・ワックス掛けをしていただきました。使用された後は、きれいに掃除をして帰りましょう。

## ○令和7年度尚徳公民館清掃作業について

毎年公民館運営委員と各同好会・関係諸団体の皆さんに清掃作業をお願いしております。各同好会、団体様につきましては、年内の活動の最終日もしくはご都合のつく時に、使用された机・イス等の清掃をお願いいたします。

窓ふきにつきましては、11月15日(土)に運営委員・各自治会長で行います。

ご協力ありがとうございます。よろしくお願ひいたします。

## 尚徳子育て支援サークル『たんたん』からのお知らせ



## ~初めてでも大丈夫♪一緒に楽しみましょう!~

10月は『英語リトミック』で楽しく活動的に、また『歌とお話の会』では、じっくりと心を揺さぶられるような活動を合わせて2回実施しました。仲間も少しずつ増え、いろいろ会話も弾んできました。

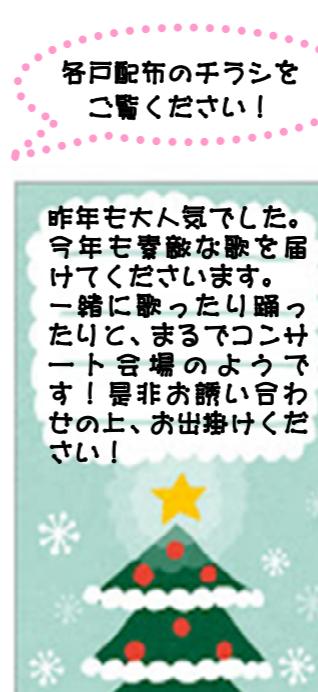
11月は皆で米子消防署見学にお出かけをすることに決まりました。家族で参加されるのも大歓迎です。子育て中の皆様の参加を是非お待ちしています。

★日 時： 11月8日(土) 14:00~15:00

★場 所： 米子消防署(現地集合)

★持ち物等： 水分補給用飲み物

★お問合せ： 尚徳公民館 26-3317



## こんにちは 尚徳中学校です!

## 西部地区秋季総体等の結果

西部地区秋季総体、マーチング・コンテスト、西部地区駅伝大会などが開催され、本校の生徒が参加しました。生徒は仲間と励まし合いながら挑戦し、ベストを尽して頑張りました。

保護者や地域の皆様には応援していただきありがとうございました。

## 【陸上競技】

女子総合 5位 1年女子 100m 3位 吉川弥優  
2年女子 100m 2位 細田結月 女子 100mH 2位 細田結月  
4×100mR 3位 (大前友珠莉・吉川弥優・細田結月・山口楓)  
女子 200m 4位 山口楓  
男子砲丸投 7位 陶山碧 男子 3000m 7位 内藤杏虹



【サッカー】 3位 県新人戦出場  
対箕蚊屋中(勝) 対岸本・溝口中(負)  
対アルコスタ弓浜FC(負) 対福生中(勝)

## 【ソフトテニス男子】

団体戦： 対境三中(勝) 対東山中(負)  
個人戦： 内藤智樹・河田静馬ペア ベスト16

【ソフトテニス女子】 団体戦： 対後藤ヶ丘中(負)  
個人戦： 長谷川真以・松本琉愛ペア ベスト16

## 【バスケットボール男子】

対弓ヶ浜中(負) 対境一中(勝) 対境三中・境二中(負)  
【バスケットボール女子】 4位 県民スポーツ祭出場  
対加茂中(勝) 対境一中(勝) 対福生中(負)  
対弓ヶ浜中(負)



## 【バレーボール】 8位

対福生中(負) 対大山中(勝) 対湊山中(勝)  
対福米中(勝) 対法勝寺中(負) 対箕蚊屋中(負)

【野球】 対加茂中・美保中(勝) 対弓ヶ浜中(負)  
【新体操】 フープ3位・ボール2位・総合3位 田中愛望

【吹奏楽】 全日本マーチング・コンテスト鳥取県大会 金賞  
全日本マーチング・コンテスト中国大会 銀賞  
鳥取県吹奏楽ソロコンテスト 加藤紗雪(金賞・特別賞)

遠藤さわ(銀賞) 堀尾莉子(金賞・特別賞)  
【西部地区中学校駅伝競走大会】

男子6位 県大会出場

1区：高田篤志 2区：大塚智貴 3区：井田桔平  
4区：木下楠理 5区：内藤杏虹 6区：山口楓央

女子6位 県大会出場

1区：香田佳歩 2区：原廻菜々美 3区：樋口友子  
4区：山内心愛 5区：山根心春

【第63回米子市合同短歌祭】 最優秀賞： 大塚智貴  
入選： 矢間舜 佳作： 松本琉愛 田中悠聖

【第63回中学生作文コンクール】 佳作： 真山優乃波



尚徳中学校尚郷祭(文化祭)に、ぜひお越しください!

○11月1日(土) 8:50~14:00(会場：尚徳中学校)

・3年学級劇、「総合的な学習の時間」取り組み発表

○11月2日(日) 10:45~14:35(会場：さなめホール)

・合唱コンクール、学年合唱、全校合唱、吹奏楽部演奏