

おしらせ

～フレイル予防「香りが睡眠に及ぼす影響」～

令和8年度、鳥取大学医学部はダイキン工業と共同で「香りが睡眠に及ぼす影響」について、研究調査を行う予定です。ご協力をよろしくお願いいたします。
尚、詳細は3月号に掲載します。



尚徳和みのふるさと情報

～地域の結束力、発揮!～

2026年1月6日(火)午前10時18分、正月気分が抜けない中“突然の大揺れ”島根・鳥取地震発生。

すぐに尚徳地区自主防災組織運営本部を立ち上げ、本部員を参集するとともに自治会長へ各自治会内の被害状況を確認するよう指示、30分後には尚徳地区の被害状況を把握することができました。

阪神淡路大震災で自主の力がクローズアップされ、国を上げて自主防災組織の設置を推進してきましたが、地域の結束力が強い尚徳では、自治会がその役割を果たせると信じていました。

尚徳の結束力・絆の強さを改めて認識する災害対応となりました。



いざという時のために安心して暮らせる地域づくり、声を掛け合える地域づくりを皆で大切に繋げていきましょう。

令和8年度 尚徳地区敬老会



令和8年度敬老会の対象者の皆さまは、

○数え年 77歳以上の方

昭和25年12月31日までに生まれた方

となります。皆さまのご参加をお待ちしております。

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♪～

大きな地震、驚きました。皆さまの周りにも大変な思いをされたり、被害にあわれた方もいらっしゃると思います。たんたんは、小さな子供さんを連れての活動なので、1月の「保健師さんによる歯磨き指導」は、残念ながら中止としました。またいずれかの回でご指導していただこうと考えています。

2月は『英語リトミック』です。歌と音楽と先生の巧みな英語で楽しい時間を過ごしたいと思います。

子育て中の皆さまの参加をお待ちしております。

★日 時： 2月2日(月)・3月5日(木) 10:00～

★場 所： 尚徳公民館 2階和室

★持ち物等： 水分補給用飲み物

★お問合せ： 尚徳公民館 26-3317



～水辺の楽校について～



ふん尿の後始末は、飼い主さんの責任です。マナーを守って水辺の楽校を綺麗に使いましょう!



～食生活改善推進員になりませんか～ 〈養成講座受講生募集〉



食を通じた健康づくりのボランティアとして、地域で活動する食生活改善推進員の養成講座を開講します。



まずは、食に関するさまざまな知識を楽しく学んでみませんか。

【対象】 講座修了後に推進員として地域の健康づくりの活動ができる方(年齢、性別は問いません)

【募集人数】 若干名

【日時】 5/15、6/16、7/22、9/4、10/6、11/13
午前9時40分～午後1時30分
(5/15のみ午前9時30分～正午)

【内容】 ・テーマにそった調理実習(減塩など)
・講義(健康づくり、食育、生活習慣病予防など)

【費用】 実習材料費(1回あたり400円程度)

【場所】 ふれあいの里

【申し込み】 2月27日(金)までに
尚徳公民館(電話26-3317)まで
お申込みください。

～兼久土手の桜並木の選定作業 ご協力について(お願い)～

今年も多くの方に兼久土手の桜を楽しんでいただけるよう桜の剪定・枯木の撤去作業を行いたいと思います。

皆さまのご協力をお願いいたします。

日 時 2月14日(土) 午前8時～10時

集 合 尚徳公民館 前庭

持ち物 のこ等をお持ちください。





2月行事予定表



日	曜日	行事	日	曜日	行事
1	日		21	土	
2	月	リモート運動 子育てサークル『たんたん』	22	日	
3	火		23	月	天皇誕生日
4	水		24	火	
5	木		25	水	
6	金	何でも健康相談	26	木	
7	土		27	金	配布物
8	日	選挙投票日(会場:尚徳公民館)	28	土	
9	月		<div style="text-align: center;">  <p>3月</p> </div>		
10	火				
11	水	建国記念日			
12	木				
13	金				
14	土	桜の剪定8:00~			
15	日		1	日	
16	月		2	月	リモート運動 何でも健康相談
17	火		3	火	
18	水	午後休館(公民館研究集会)	4	水	
19	木		5	木	子育てサークル『たんたん』
20	金		6	金	

❀ 今月の同好会 ❀

同好会名	日	曜日	時間
唱歌の会	10・24	火	13:30~
太極拳	5・12・26	木	13:00~
洋らん	6	金	10:00~
カラオケ	2月は、お休みです。		
子育てサークルたんたん	2	月	10:30~
花みずきの会	2月は、お休み。次回は、3月12日(木) 13:30~です。		
そばの会	27	金	19:00~
ストレッチ	6・13・20・27	金	10:00~
ヨガ	3・10・17・24	火	19:30~
フラダンス	4・18	水	19:00~
グラウンド・ゴルフ同好会	2月は、お休みです。		

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、
いつでもなたでも、ふらっとお立ち寄りください♪~

赤ちゃんの体重測定・血圧測定・体脂肪測定・握力測定や健康のこと(その他)で聞いてみたいことなどございましたら、是非ご相談ください。健診結果や血液検査の結果等ございましたら、お持ちください。

- ★日時： 2月6日(金)・3月2日(月) 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

みんなで楽しく リモート運動体験！

予約不要・無

~映像を観ながら、一緒に運動をしませんか~

予約不要です。参加希望の方は、当日会場へお越しください。

- 日時： 2月2日(月)・3月2日(月) 10:30~
- 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
- お問合せ： 米子市フレイル対策推進課 23-5458

~2月18日(水)午後休館のお知らせ~

当日は、米子市公民館研究集会出席のため、職員が不在となります。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

尚、部屋をご利用される方は、事前に鍵の借用をお願いいたします。



こんにちは 尚徳中学校です！

令和8年スタート！3学期始業式を行いました。

1月6日に始業式を行い、3学期がスタートしました。校長先生からは、成人式・同窓会についての話から「同級生とのつながりを大切にしてほしい」ことや、「尚徳校区は子どもから大人まで地域のつながりが強く温かい地域。地域で育ってきて地域に期待されているみなさんが、地域のためにできることを考えて行動に移してほしい」こと、「人を大切に、自分の力を最大限のばし、自律した人になってほしい」ことなどを話されました。令和8年という新しい年を迎え、誰にとっても充実した年となるよう、一人一人が目標を持って生活し、新たなことにも挑戦してほしいと思います。



この日は、米子市で震度5弱の地震が発生しました。地震発生後、生徒たちは机の下で身を守り、体育館に避難し、体育館で給食を食べ、保護者の方が来られるまで本当に落ちついて行動し、緊急事態をみんなで協力して乗り越えることができました。この度の避難行動についての反省をしっかりと行い、今後に生かしていこうと思います。

学校公開日に尚徳中学校へお越しください！

2月12日(木)・13日(金)に学校公開日を設定しました。ご都合がつく時間にご来校いただき、生徒の学校生活や授業のようす等をご参観ください。公開時間は以下の通りです。

- 2月12日(木) 8時55分~14時10分(1限~5限)
- 2月13日(金) 8時55分~15時35分(1限~6限)

- ・駐車場はグラウンドをご利用ください。
- ・受付は正面玄関です。
- ・ご来校お待ちしております！

地域ボランティア(尚徳中応援団)募集！

学校・生徒の活動(草刈り、行事・実技教科授業補助、本の読み聞かせ等)をしてくださる地域ボランティア(尚徳中応援団)を募集します。詳しくは各地区公民館から配布される資料でご確認ください。ご協力よろしくお願いたします。

【第48回全日本アンサンブルコンテスト鳥取県大会】
管打6重奏：金賞 金管7重奏：銀賞