



2月号

No.405

令和8年2月1日

TEL:26-4747  
FAX:26-4853

E-Mail:nagae@chukai.ne.jp



## 2月～3月の行事予定

2月	13日(金)	学習講座⑤味噌づくり	13:30～15:30	永江公民館
	20日(金)	公民館でリモート運動体験	10:30～12:00	永江公民館
	20日(金)	給食サービス	16:00～	永江公民館
	26日(木)	出張！なんでも健康相談	9:30～11:30	永江公民館
3月	19日(木)	出張！なんでも健康相談	9:30～11:30	永江公民館
	19日(木)	公民館でリモート運動体験	14:00～15:30	永江公民館
	27日(金)	給食サービス	16:00～	永江公民館

## ちょっこしながえ

地震

年明け早々正月気分も冷めやらぬ6日10時18分、米子市では震度5弱を記録する地震が発生。この日は、卓球同好会の初練習でした。地震だと感じた数秒後からの激しい振れと館内の音に、これは只事ではないと直感しました。携帯電話からは不気味な警告音、直ちに野外に避難し、搖れが収まり周囲の状況を確認して、自宅の状況を心配しながら卓球さんは帰宅されました。館内を点検したところ、一階集会室に積み上げている会議用机が崩れ飛び、散乱状態、人に当たらなくて幸いでした。調理室は、食器棚から丼鉢・湯飲み等が落下、冷蔵庫は扉が開き収納物が落下、激しい物音の犯人が分かりました。事務室内は、一人では動かせない重量の書棚や事務机が定位置からずれ、額縁等の掛け物は全て外れぶら下がり状態。壁掛け時計一個落下破損。大きなところでは、タイル張りの玄関は全面修理が必要と思われます。建物自体の外壁にも一部タイルの浮きがあります。その他、建物自体の北側に地割れが発生していきました。日を追うごとに、地区内においても屋根瓦の擦れや破損等。また、家屋内では置物等が倒れた等の被害の様子を耳にしました。各家庭でも若干の被害はあったことでしょう。その後も余震が続しましたので、落ち着かない1月でした。

新しいところです。振り返りますと平成12年10月6日、震度6を記録した西部地震。平成28年10月21日、倉吉で大きな被害が出た中部地震は、記憶に山陰地方に直接の被害は無かったものの平成7年1月阪神淡路大震災から僅か30数年の間に、日本列島では大地震と言えるものが頻繁に発生。まさに地震国日本と言えますが、これは太陽系第三惑星の地球と称する星が生きている証拠で、自然な営みであり避けようがなく備えるしかありません。大災害の足音が近づいているのは確かです。

館長 須山耕市

～食生活改善推進員になりませんか～  
養成講座受講生募集

食を通し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分から午後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）

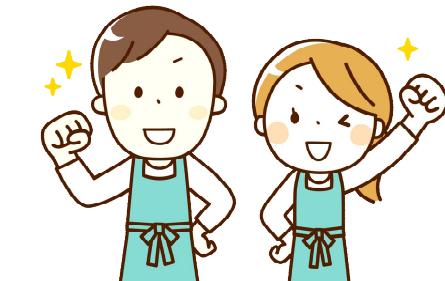
【費用】 実習材料費（1回あたり400円程度）

【場所】 ふれあいの里

【申込み】 3月13日（金）までに永江公民館（Tel 26-4747）へお申込みください。



楽しく活動しませんか？



## 食生活改善推進員とは？

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食を通して地域の健康づくりを行うボランティアです。市で開催する「食生活改善推進員養成講座」を受講し、終了したのちに「食生活改善推進員会」の会員となり活動が始まります。活動は「おいしく食べて健康づくり教室」「子ども料理教室」（予定）などの開催です。

## 【同好会】発足について

「公民館で新しい同好会を立ち上げたい」「こういうサークルがあれば参加したい」等、ご意見がありましたら、公民館までご連絡ください。また、「こういう指導ができるので、会員を集めてほしい」等、公民館同好会で指導ができる方も募集しています。

## おしらせ

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ひします。※詳細は3月号に掲載

米子市フレイル対策推進課

## 職員不在のお知らせ

2月18日(水)は、鳥取県公民館研究集会のため、12時から公民館事務室を閉めます。公民館は使用できますので、あらかじめ鍵を受け取りに公民館窓口にお越しください。

## お知らせ

2月11日(水)は、公民館床のワックスかけを行います。部屋の使用は出来ませんので、あらかじめご了承ください。



@nagaeco475

永江公民館  
Instagram  
はじめました!

Follow  
me!

## 保健師の出張！なんでも健康相談

日 時：令和8年2月26日(木)9時30分から11時30分  
場 所：永江公民館

- ・赤ちゃんの体重測定
- ・血圧測定、体脂肪測定、握力測定
- ・米子市が作成した健康体操の紹介
- ・健康のこと（その他）で聞いてみたい  
(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。)



赤ちゃんから大人の方まで、  
いつでもどなたでもふらっと  
お立ちよりください♪



米子市健康対策課 23-5454



## 公民館でリモート運動体験！

日 時：令和8年2月20日(金)  
10:30～12:00

場 所：永江公民館

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

（予約不要、参加希望の方は当日公民館へお越しください）

※中継放送のため、運動指導者は公民館には来ません



理学療法士などの指導者が、画面の向こうで筋力トレーニングやストレッチのほか、脳活性、お口の体操などを指導します。自宅でも続けられる運動をお伝えします。  
来場の皆さん同士で気軽に、楽しく、運動の時間を共有しましょう。



## 子育て支援サークルたんたんからのお知らせ

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ましょう！3月はお別れ会を予定しています。子育て中の皆さんのご参加をお待ちしております♪

日 時：2月2日(月) 10:00から

3月5日(木) 10:00から

場 所：尚徳公民館



## 除雪に関するお願い

米子市では、冬季の円滑な交通を確保するため、市道の除雪を行っていますが、高齢者の増加や核家族化、ニーズも多様化し、行政としての除雪体制にも限りがあります。このため、行政と住民一人一人が一体となり、共に手を取って除雪を行う、「自助・共助・公助」の取り組みが重要です。そこで、除雪を効率的に行うために、次のような点について皆さんのご協力をお願いします。

1. 絶対に路上駐車はしない
2. すすんでとりくもう 生活道路や歩道の雪かき
3. 玄関先や車庫前などの除雪



永江地区でも、住民が安心・安全に生活できるよう、みんなでたすけあいましょう。

＜永江地区自治連合会＞

## 犬の散歩に関するお願い

屋外でウンをした場合は、必ず持ち帰ってください。また、ウンや尿をした場所については、ペットボトルなどに入れた水で洗い流していただきますようお願いいたします。

散歩の際には、水を入れたペットボトルやビニール袋を携帯し、マナーを守った行動にご協力ください。



## 給食サービスのお知らせ



2月20日(金)午後4時に配食します。  
3月27日(金)午後4時に配食します。



＜永江地区社会福祉協議会＞

日時：2月12日・26日(木) 14:20～14:50  
3月12日・26日(木) 14:20～14:50  
場所：永江公民館 駐車場



## 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行動に移してほしいこと、「人を大切にし、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る、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つて生活し、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、今後に生かしていくこうと思います。

### 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。
- ご来校お待ちしています！



### 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ひいたします。

【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