

令和7年7月号



かわら版

加茂公民館

電話 29-5313

FAX 29-5368

eメール kamoco@chukai.ne.jp

熱中症対策
3つのポイント
1. 飲もう
2. 休もう
3. 涼もう



加茂夏休み子ども祭り 2025

日時 7月27日(日) 9:00~12:00

場所 加茂公民館

はたらくくるま大集合!

消防車・パトカー・自衛隊の軽装甲機動車・給水車・
高所作業車・防災研修車
そのほかの工事車両もやってきます!!

中学生ボランティアの焼きそば、フルーツあめ、
チョコバナナの販売コーナーもあります!

このほかに
ビンゴゲーム
お菓子つかみ
かき氷
フラバン工作
など、楽しい企画で皆
さんのご来場をお待
ちしています!



○詳しくは回覧をごらんください。

○車でお越しの際は、博愛病院正面玄関前駐車場に駐車してください。

学習講座のご案内

☆地区社会福祉協議会共催☆

「eスポーツ体験教室」

日時 8月5日(火) 10:00~11:30
講師 米子市社会福祉協議会 職員
募集人数 20人程度
対象者 50歳以上(小学生の同伴も可能です)
締切 7月24日(木) *定員になり次第締め切ります。
場所 加茂公民館



LINEでも申込み
できます!
まずはお友達登
録をお願いします。



「太鼓の達人」
「スイッチスポーツ」を体験してみませんか



～クリーン作戦にご協力お願いします!～

日時: 7月21日(月) 8:00~9:00

* 詳細は回覧でご確認ください(少雨決行)



かもめ学級のご案内

<第4回> 人権講座 (加茂地区人権・同和教育推進協議会共催)
「障害を乗り越え響かせる魂の音楽」
～笑顔の演奏で癒しと元気を!～

日時 7月16日(水) 13:30~15:00
場所 加茂公民館 集会室
講師 軽音楽ユニット「T・R」
早川泰詞氏・名越琉夏氏・加納貢氏



<第5回> 介護予防講座
この加茂(まち)で自分らしく活(い)きる構え
「フレイル～介護～終活」

日時 8月7日(木) 13:30~15:00
場所 加茂公民館 集会室
講師 後藤ヶ丘・加茂地域包括支援センター
保健師 野田栄理子氏



加茂子育てサークル

コアラクラブ

活動日: 第2・4木曜日
時間: 10:15~11:30
場所: 加茂公民館



※※7月の活動予定※※

◆10日(木)
支援センターの先生と遊ぼう
※要申込 7月7日(月) 10:00 締切

◆24日(木)
親子で健康 簡単なおやつ作りと体操
※要申込 7月18日(金) 10:00 締切

事前に申し込みが必要です。

キッズタウン子育て支援センター(☎30-1111)または加茂公民館(☎29-5313)までお申込みください。

子育て支援事業

加茂っ子クラブ

日時 7月12日(土)
9:30~11:00

『ゆかたの着付け教室』

※詳細は、小学校から配られる
チラシでご案内していますので
ご確認ください。



～加茂地区保健推進委員会からのお知らせ～

一緒に健康づくりしませんか

日 時 7月14日(月) 9:30～11:30

内 容 災害とその備え

場 所 加茂公民館

※予約不要です。

※発熱・風邪症状のある方はご遠慮ください。

※来られる際はマスクの着用をお願いいたします。

【問合せ先】加茂地区保健推進委員会会長 遠藤 直子 (090-5375-6957)



保健師の出張！なんでも健康相談

日 時 7月14日(月) 9:30～11:30

(時間内のご都合のつく時間にお出かけください)

場 所 加茂公民館

健康に関する疑問や悩みを気軽に相談できます。

赤ちゃんから大人の方までどなたでもお待ちしております。

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。

【問合せ先】米子市健康対策課 (23-5452) 加茂地区担当保健師 宇佐見

よなご健康ポイント対象
200ポイント付与!!



メンズクラブ(男性の体操教室)

日 時 7月7日(月) 10:00～11:30

持ち物 タオル・飲み物・上靴

場 所 加茂公民館

男性の身体にポイントを合わせた運動を行います。
ぜひご参加ください。申し込みは不要です。

主催：米子市後藤ヶ丘・加茂地域包括支援センター



新しい同好会のご案内

詩吟教室

一度 体験してみたいかどうか
漢詩はもちろん、和歌や俳句・近現代詩などなど、
素晴らしい詩に親しんでみましょう！

日 時 7月9日(水)・7月23日(水)

いずれも午前10時から

場 所 加茂公民館

会 費 無料

興味のある方は加茂公民館 (29-5313)
までお問い合わせください。



お口と栄養の健康教室！フレイルをスマイルに☆

保健師からお口の健康づくりに関すること、管理栄養士からシニア世代に
大切な栄養についてお話しします。

みんなでフレイルをスマイルに！

よなご健康ポイント対象
200ポイント付与!! (65歳以上)

■日 時 7月17日(木) 午後2時～3時

■会 場 加茂公民館

■対象 どなたでも(予約不要)

■参加費 無料

■問合せ 米子市健康対策課 23-5454



フレイル予防アプリ相談会

米子市では、令和7年6月より40歳以上のかたを対象
に、「よなご健康ポイント」が始まりました。

今回は、健康教室のあとによなご健康ポイントを貯めるた
めの「フレイル予防アプリ」の出張相談会(3時30分終了
予定)を開催します。

ご参加いただけるかたは、下記のものをご持参ください。

■持ち物

お持ちのスマートフォン

米子市から届いたフレイル度チェックのご案内(65歳以
上で要支援・要介護認定を受けていない方に5月下旬に郵
送しています。)

7月の予定

	曜日	行 事
5	土	おいしく食べて健康づく り教室
7	月	メンズクラブ
10	木	コアラクラブ
14	月	加茂地区健康づくり教室 なんでも健康相談
16	水	かもめ学級④
17	木	お口と栄養の健康教室
21	月 (祝)	クリーン作戦
24	木	コアラクラブ 自治会長定例会
27	日	夏休み子ども祭り



8月の予定

	曜日	行 事
4	月	メンズクラブ
5	火	学習講座
7	水	かもめ学級⑤
16	土	精霊送り
18	月	加茂地区健康づくり教室 なんでも健康相談
19	火	加茂っ子クラブ
25	月	リモート運動体験
28	木	コアラクラブ 自治会長定例会