

令和7年8月号



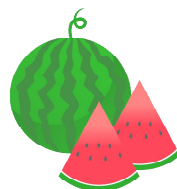
加茂公民館

電話 29-5313

FAX 29-5368

eメール kamoco@chukai.ne.jp

かわら版



かもめ学級のご案内



〈第5回〉 介護予防講座

日時 8月7日(木) 13:30~15:00

場所 加茂公民館 集会室

内容 この加茂(まち)で自分らしく活(い)きる備え
「フレイル~介護~終活」

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



〈第6回〉 防災講座

日時 9月4日(木) 13:30~15:00

場所 加茂公民館 集会室

内容 災害に備えるということ

講師 鳥取短期大学 地域コミュニケーション学科
准教授 板倉一枝 氏



〈第7回〉 国際理解講座

日時 9月25日(木) 13:30~15:00

場所 加茂公民館 集会室

内容 お隣だけどここんなに違う! 日本と中国の文化摩擦

講師 TOMONARI 株式会社
インバウンド事業マネージャー
林 寧(りん ねい) 氏



メンズクラブ(男性の体操教室)

日時 8月4日(月) 10:00~11:30

9月1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!!

お申し込み不要!当日参加OK!!



加茂子育てサークル



コアラクラブ

8月の活動予定

◆28日(木) 10:15~11:30

みんなでハンドメイド

(8月は第4木曜日のみです)

※要申込 8月25日(月)

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
加茂公民館までお申込みください。

子育て支援事業

加茂っ子クラブ

静電気でおどるクラゲをつくろう

日時 8月19日(火) 9:30~11:00

場所 加茂公民館



どちらも募集は終了しました。

夏休み! 陶芸教室

・全学年コース(1年生~6年生)

日時: 8月7日(木) 9:30~11:30

・高学年コース(4年生~6年生)

日時: 8月21日(木) 9:30~11:30

場所: 加茂公民館



《七夕祭り及び精霊送りに伴うささ竹、供え物の持ち出しについて》

◆七夕祭笹飾り持ち出し日 8月 8日(金)

◆精霊送りのささ竹・供物持ち出し日 8月 16日(土)

当日の朝 8:30 までに加茂公民館の指定の場所に出してください。

供え物は紙袋や紙箱に入れないで、透明又は半透明の袋に入れて出してください。

不燃物・資源物(缶・ビンなど)・通常のごみ等の混入はしないでください。

塔婆・仏具、提灯等の持ち出しをしないようお願いします。

【問合せ先】米子市クリーン推進課(☎23-5300)



～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

内容 真誠会 脳の活性化『シナプソロジー』
「2つの事を同時に行う」「左右で違う動きをする」などの動きで
脳に刺激を与えます。

日程 8月18日(月) 9:30～11:30

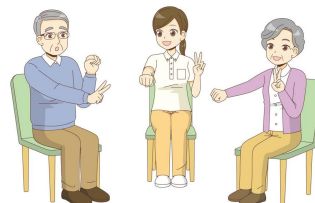
場所 加茂公民館 集会室

※時間内の都合のいい時にお出かけください。

※発熱・風邪症状のある方はご遠慮ください。

※マスクの着用は個人の判断です。感染予防に努めましょう。

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



予約不要

保健師の出張！なんでも健康相談

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。

健康相談日以外でも健康対策課に相談できます。

日時 8月18日(月) 9:30～11:30

場所 加茂公民館

【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



予告！加茂地区健康まつり

日時 9月14日(日) 10時～12時

場所 加茂公民館

各種チェック・健康相談

- ・体力測定
- ・血管年齢チェック
- ・ベジチェック
- ・骨密度測定
- ・味覚チェック
- ・フレイルチェック
- ・なんでも健康相談

e スポーツ体験

- ・太鼓の達人

スポーツ体験

- ・ポッチャ
- ・ミニカーリング
- ・輪投げ

など



詳しくは来月配布の
チラシをご覧ください

足もみ体験

1回500円(10分～15分)

主催：加茂公民館・加茂地区保健推進委員会・加茂地区社会福祉協議会

加茂公民館でフレイル予防！

【リモート運動体験】



～映像を見ながら一緒に運動しませんか～

リハビリ専門職による運動教室「ふらっと運動体験」の様子を公民館で中継放送します。

(予約不要。当日会場にお越しください。)

※中継放送のため、運動指導者は公民館には来ません。

■日時 8月25日(月) 10:30～12:00

■会場 加茂公民館 集会室

■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

問合せ 米子市フレイル対策推進課 23-5458

【脳活性講座】 9月11日(木)14:00～15:30

予告

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
スマホを使った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！！

■持ち物：お持ちのスマートフォン ※お持ちでない方も

■参加費：無料 参加いただけます。

令和7年度人権啓発座談会のお知らせ

テーマ・内容

『世界人権宣言すごろくー米子市バージョンー』

自治会	日にち	時間	場所
合同宿舎、4区 5区東、5区上	9月30日 (火)	19:00～ 20:30	加茂公民館
5区中、加茂住宅 浜河崎	11月19日 (水)	19:00～ 20:30	加茂公民館

後日、回覧でお知らせいたしますので、
ご参加よろしくお願ひします。
(加茂地区人権・同和教育推進協議会)



新しい同好会のご案内

詩吟教室

日時：8月4日(月)・8月18日(月) 10時～11時

場所：加茂公民館

会費：無料

興味のある方は加茂公民館(Tel.29-5313)まで
お問い合わせください。

8月の予定

	曜日	行事
4	月	メンズクラブ
5	火	学習講座
7	木	夏休み陶芸教室 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
21	木	夏休み陶芸教室
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



9月の予定

	曜日	行事
1	月	メンズクラブ
4	木	かもめ学級⑥
11	木	コアラクラブ 脳活性講座
13	土	加茂っ子クラブ
14	日	健康まつり
25	木	かもめ学級⑦ 自治会定例会
30	火	人権啓発座談会