

令和8年4月号

加茂公民館

かわら版



電話29-5313 FAX29-5368

eメール kamoco@chukai.ne.jp

新しい教室が始まります!

指談練習会

日時: 毎月第3日曜日 9:30~11:30

場所: 加茂公民館 教養室

会費: 1家族 500円

講師: 米子指談の会 ゆびさき 代表 天野依子

連絡先: 090-2000-1635 (18時以降でお願いします)

障がいをお持ちの方のご家族や介助される方との見学、参加大歓迎です!

指談(ゆびだん)とは

病気や障がいによってうまくお話しが出来ない、自分の思いを伝えることが困難な方の指を手に取りコミュニケーションを図りながら話す方法です。

障がいの一例、自閉症、脳性麻痺、レット症候群、認知症、遷延性意識障害、高次脳機能障害など



親子リトミック教室

日時: 毎月第4日曜日 10:00~10:45 (45分)

対象: 保護者と2~3歳児

場所: 加茂公民館 集会室

会費: 1回500円

講師: 岡本 理恵

持ち物: 水分補給の飲み物

ご希望の方は、4月17日(金)までに加茂公民館(Tel29-5313)にお申し込みください。

音楽に合わせて身体を動かし、お子さまと心の触れ合いを楽しみましょう!

第一回 4月26日(日)



かもめ学級のお知らせ

令和8年度かもめ学級を開講します。『出会い・ふれあい・学びあい』をテーマに全10回の楽しくなる講座を計画しています。受講料は無料です。どなたでも参加できます。みなさまぜひお出かけください。

〈第1回〉介護予防講座・開講式

日時 5月14日(木) 13:30~15:00

場所 加茂公民館 集会室

内容 「目指せ! 元気シニア! 楽しく体を動かそう!」

~フレイル予防運動実践~

講師 みのかや運動処よらいや

インストラクター 山下大輔 氏



メンズクラブ(男性の体操教室)

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

日時 4月6日(月) 10:00~12:00

持ち物 タオル・飲み物・上靴

場所 加茂公民館



加茂子育てサークル コアラクラブ

*コアラクラブは生後~幼稚園、保育園に通うまでの親子が集うサークルです。どなたでも参加できますので、お気軽にお問い合わせください。

活動日: 第2・4木曜日 時間: 10:15~11:30

場所: 加茂公民館

***** 4月の活動予定 *****

9日 茶話会 4月6日申込み締め切り (子どもさんの飲み物などは持参してください)

23日 英語タイム 4月20日申込み締め切り

参加希望の方は加茂公民館までお申込みください。 Tel29-5313

加茂公民館ラインで申込みもOKです! →



加茂地区健康づくり教室

握力測定・敏捷性測定・血圧測定・体脂肪測定・フレイル体操・ええがん体操 普段の運動習慣のきっかけづくりにも!一緒に健康づくりしませんか?

日時 4月27日(月) 10:00~12:00

場所 加茂公民館

内容 リモート運動体験

【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 4月27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。

健康相談日以外でも健康対策課に相談できます。

【問合せ先】米子市健康対策課 (23-5454) 加茂地区担当保健師 宇佐見

公民館からのお知らせ

4月17日(金)は中央地区公民館連絡協議会総会のため15時30分より、また5月15日(金)は米子市公民館連合会総会のため12時より職員は不在となります。公民館を使用される方は、事前に鍵の借用をお願いします。

フラダンス教室に参加しませんか

※日時...月2回第1、第3土曜日 10時30分~11時30分

※場所...加茂公民館 集会室

一度見学参加してからでも歓迎、いつでもお待ちしております



2月24日米子幼稚園でのイベントの様子です♡

九州ハワイアン協会 レイフラワー加茂 インストラクター 吉岡 主子



4月の予定

日	曜日	行事
6	月	メンズクラブ
8	水	体育部会
9	木	自治連合会総会
10	金	地区社会福祉協議会理事会 公民館運営委員会理事会
16	木	地区社会福祉協議会評議員会
17	金	中央地区公民館連絡協議会総会
19	日	米子市クリーン大作戦
24	金	公民館運営委員会総会
27	月	加茂地区健康づくり教室 なんでも健康相談

5月の予定

日	曜日	行事
10	日	校区民グラウンド・ゴルフ大会
11	月	メンズクラブ
14	木	かもめ学級① 開講式
16	土	いきいきサロンGG大会
18	月	加茂地区健康づくり教室 なんでも健康相談
27	水	フレイル予防 脳活性講座
28	木	自治会長定例会

かわら版紙面サイズ変更のお知らせ

令和8年4月号よりB4⇒A4に変更します。よろしくお願いたします。



~公民館職員の人事異動のお知らせ~

鈴木 博志 主事 崎津公民館へ異動



令和8年度 加茂いきいきサロン

~グラウンド・ゴルフ大会~

日時 5月16日(土) 開会式 8時50分

場所 弓ヶ浜公園 駐車場海側コート

参加望者は、4月20日(月)までに加茂公民館へ申し込みください。

氏名・自治会・電話番号・用具の有無をお知らせください。

※同好会員は、同好会長へお申し込みください。

主催: 加茂地区社会福祉協議会