



加茂公民館
ホームページ



KAMOCO475

かもめ学級のご案内

《第5回》 介護予防講座

日 時 8月19日(水) 13:30~15:00

場 所 加茂公民館 集会室

内 容 「誰もが住みやすいまちを目指して」

認知症について考えよう

～認知症サポーター養成講座～

講 師 加茂地域包括支援センター

保健師 野田栄里子 氏

受講後、認知症サポーター養成の証「オレンジリング」をお渡しします♡

認知症に関する基本的な知識、認知症当事者だけでなく、すべての人が住みやすいまちにするにはどうした良いかを学びましょう。



令和8年度 加茂地区 健康まつり

日 時: 9月13日(日) 10時~12時

場 所: 加茂公民館

内 容 ★e スポーツ体験

★体験コーナー

ポッチャ ミニカーリング 輪投げ

★健康相談コーナー

★AED・救命体験広場

持ち物: 上靴・飲み物

駐車場は公民館の駐車場または博愛病院第2駐車場をご利用ください。

お問合せ 加茂公民館 TEL 29-5313

保健師の出張！なんでも健康相談

日 時 8月31日(月)
9:30~11:30

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 TEL 23-5452

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 8月10日(月)
10:00~12:00

場 所 加茂公民館

持ち物 タオル・飲み物
上靴



コアラクラブ

加茂地区
子育てサークル



活動日: 第2・4木曜日
時 間: 10:15~11:30
場 所: 加茂公民館

8月の活動

8月6日(木) リトミック
(8/3 申込み締切り)

参加希望は加茂公民館まで
TEL 29-5313

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31日(月)
10:30~12:00

★会 場 加茂公民館 集会室

★持ち物 上履き・飲み物・タオル

ライブで運動体験！フレイルをスマイルに☆

とみます医科歯科クリニック 石笠拓郎さんを講師に招き、ノルディックポールを使った運動や歩行を行います！みんなでフレイルをスマイルに！

■ 日 時 令和8年9月10日(木)

14:00~15:30

■ 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 ポールの貸出も行います

■ 問合せ 米子市フレイル対策推進課 23-5458



フレイル予防健診

フレイルチェック 運動機能口コモ度 握力 歩幅
骨密度(超音波X線) 体組織(体の筋肉量など)
口腔機能チェック 認知度機能ほか

日 時 8月26日(水) 加茂の方のみ

8月27日(木) 加茂以外の方優先

午前9時~午後5時(うち2時間半程度)

場 所 加茂公民館

対 象 米子市在住の65才以上で

要支援、要介護認定のない方

申 込 7月10日申し込み開始 定員先着20名

鳥取大学医学部医学課

TEL 0859-38-7614

【お問い合わせ先】加茂地区保健推進委員会会長

遠藤 直子(090-5375-6957)

こども将棋教室 参加者募集！

将棋を指すと非認知能力が向上します。楽しく将棋を学びながら、考える力や集中力を育てましょう。

【活動日】毎週月・木曜日

【時 間】17:00~18:30

【場 所】加茂公民館 教養室

【講 師】棋道指導員 加藤信之四段

【月会費】2000円

★見学・体験もお気軽にどうぞ！詳しくは加茂公民館までお問い合わせください。

★新入会の方に盤駒セットをプレゼント！

【問合せ先】加茂公民館 TEL 29-5313



初心者大歓迎！

夏休み！子ども料理教室

日 時 8月3日(月) 10時から

場 所 加茂公民館

ドローンサッカーに挑戦しよう

日 時 8月5日(水) 13:30~15:30

場 所 加茂公民館



夏休み！陶芸教室

★全学年コース(1年生~6年生)

日 時 8月17日(月) 9:30~11:30

場 所 加茂公民館

★高学年コース(4年生~6年生)

日 時 8月24日(月)

9:30~11:30

場 所 加茂公民館



日	曜日	行 事
3	月	夏休み！子ども料理教室
5	水	ドローンサッカー教室
6	木	コアラクラブ
10	月	メンズクラブ
16	日	精霊送り
17	月	夏休み陶芸教室
19	水	第5回 かもめ学級
24	月	夏休み陶芸教室
26	水	フレイル予防巡回検診
27	木	自治会会長
31	月	リモート運動体験 なんでも健康相談

《七夕祭り及び精霊送りに伴う 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(土)



◆精霊送りの供物持ち出し日

8月 16日(日)

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)・通常の家庭ごみ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
TEL 23-5300

令和8年度 加茂っ子チャレンジ

すべて募集は
終了しました