

令和5年 6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

◆校区民ソフトボール大会◆

日時 6月18日(日)
場所 加茂小学校グラウンド(本部) 8:00 試合開始
河崎公園スポーツ広場 8:00 試合開始



- ・会場が2カ所になっておりますので、各自治会ご確認のうえ、お間違いのないようにご参加ください。
- ・毎回グローブ・水筒などの忘れ物がありますのでお気をつけください。
- ・ゴミは必ず持ち帰りましょう。
- ・天候不良等のため中止する場合は、当日朝7:30頃に防災無線放送でお知らせします。

皆様のご参加お待ちしております！

◆5月14日(日)に開催を予定しておりました校区民グラウンドゴルフ大会は、グラウンドコンディション不良のため、残念ながら中止となりました。

【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～

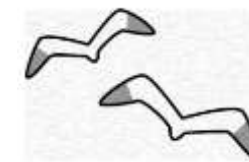
リハビリ専門職による運動教室「ふらっと運動体験」の様子を公民館で中継放送します。(予約不要、参加希望の方は当日会場にお越しください。)

※中継放送のため、運動指導者は公民館には来ません

- 日時 6月19日(月) 10:30~12:00
- 会場 加茂公民館
- 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
- お問合せ 米子市フレイル対策推進課 23-5458



かもめ学級のご案内



〈第3回〉 人権講座

日時 6月21日(水) 13:30~15:00
場所 加茂公民館 集会室
内容 「病気や障がいのある子どもたちの暮らし
～地域でできる子育てとは?～」
講師 社会医療法人同愛会 博愛こども発達・在宅支援クリニック
院長 玉崎 章子 氏

〈第4回〉 生活講座

日時 7月4日(火) 13:30~15:00
場所 加茂公民館 集会室
内容 「整理収納でモノは引き算、心は足し算～運のよくなる捨て方～」
講師 整理収納アドバイザー つのだ さちこ 氏

〈第5回〉 健康講座

日時 7月27日(木) 13:30~15:00
場所 加茂公民館 集会室
内容 「腎臓に関する話(仮)」
講師 ふくい内科クリニック 院長 福井 毅顕 氏

玄関ホール展示スペース 出展者募集します

地域の皆様の中には趣味で写真を撮っておられる方、個人でイラストを描いたり、作品づくりを楽しんでおられる方がいらっしゃると思います。公民館玄関ホールに展示してみませんか?来館者の目を楽しませていただけると喜びます。

展示いただくのは、こんなスペースです

横350センチ(玄関正面)×奥行150センチ
高さ200センチ(床から天井)
最大 長机(180センチ)3台程度
有孔パネル(90×180センチ)5枚程度

- ☆長机1台分またはパネル1枚分から受け付けます。
 - ☆期間は1週間~2週間程度、平日の9:00~16:30
 - ☆“こんな趣味をお持ちの方がいるよ”という情報もお待ちしています。
- ご希望の方は加茂公民館までお問い合わせください。

～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

握力測定・敏捷性測定・血圧測定・体脂肪測定、フレイル体操・ええがん体操など行います。普段の運動習慣のきっかけづくりにも！
お気軽にご参加ください。 ※予約不要です。

日 時 6月12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）
内 容 10：00～ 「養和会 CHAX による昨年(R4.10.24)の体力測定の結果と改善体操」

場 所 加茂公民館
※上履き（履き慣れた靴・運動靴等）、飲み物（水分補給用）をご持参ください。
※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）

同じ時間に、**保健師の出張！なんでも健康相談**を行います。

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） 加茂区担当保健師 兵頭

加茂いきいきサロン（加茂地区社会福祉協議会）
春季グラウンドゴルフ大会 結果報告

5月20日(土)に開催しました。結果は次のとおりです。

《 総合の部 》

優 勝：古屋 賛さん（5区東）
準優勝：口田 則二さん（4区）
3 位：中田 有彦さん(卸団地)

《 一般の部 》

優 勝：山本 肇さん(三柳北)
準優勝：口田 陽一さん(4区)
3 位：橋谷 卓夫さん(4区)



秋にも開催を予定しています。お楽しみに！

メンズクラブ(男性の体操教室)

日 時 6月5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。
是非ご参加ください。申し込みは不要です。

主催：米子市住吉・加茂地域包括支援センター

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



※※6月の活動予定※※

8日(木) 親子でフィットネス&ヨガ
持ち物：バスタオル or ヨガマット、上靴
※要申込 6月2日（金）10：00 締切

22日(木) 英語リトミック
※要申込 6月16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または加茂公民館までお申し込みください。

子育て支援事業 加茂っ子クラブ

6月10日（土） 9：30～11：30

『お茶のお作法教室』

※詳細は、小学校から配られるチラシでご案内しています。
ご確認ください。



6月の予定

	曜日	日
9	金	学習講座 話し方講座
12	月	加茂地区健康づくり教室 なんでも健康相談
18	日	校区民ソフトボール大会
19	月	リモート運動体験
21	水	かもめ学級③
22	木	自治会長定例会

7月の予定

	曜日	日
4	月	かもめ学級④
17	月	クリーン作戦
		加茂地区健康づくり教室 なんでも健康相談
23	日	夏休み子ども祭り
27	木	かもめ学級⑤
		自治会長定例会

《忘れ物のお知らせ》

公民館に白いキャップの忘れ物があります。お心当たりのある方は受け取りに
来てください。
なお、6月末には
処分させていただきます。

