

令和5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

加茂夏休み子ども祭り 2023

日時 7月23日(日) 10:00~14:00
場所 加茂公民館



はたらくくるま大集合!

起震車・パトカー・白バイ

10:00~12:00

消防車 防災研修車

自衛隊の軽装甲機動車(ライトアーマー)

高所作業車 給水車 などなど

(車の種類はかわることがあります)



このほかに

バルーンコーナー

・輪投げコーナー

・紙トンボづくり

・大きなシャボン玉

・射的

など、楽しい企画で
皆様のご来場を
お待ちしております!

★コーナーごとで時間が異なります。詳しくは回覧チラシをご覧ください。

★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。

【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 7月10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

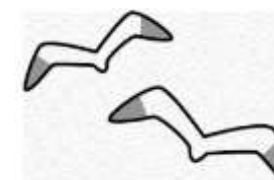
〈第5回〉健康講座

日時 7月27日(木) 13:30~15:00

場所 加茂公民館 集会室

内容 「慢性腎臓病(CKD)について」

講師 ふくい内科クリニック
院長 福井 毅顕 氏



〈第6回〉歴史講座

日時 8月21日(月) 13:30~15:00

場所 加茂公民館 集会室

※第6回の内容と講師は調整中です

「紙芝居『加茂川の河童』他」を予定しておりましたが、都合により
変更させていただきます。

学習講座のご案内「体験してみよう! パッククッキング」

パッククッキングとは、食材をポリ袋に入れ鍋にお湯を沸かして加熱する調理法です。
少しの水と材料、鍋とコンロがあれば簡単に調理できるので、災害時にも役立ちます。
実際に作っていざという時に備えましょう。

日時 8月30日(水) 10:00~11:30

講師 米子市こども相談課 管理栄養士 岩坂 美和 氏

場所 加茂公民館

※詳細は、次号8月号かわら版でお知らせします。

クリーン作戦にご協力ください

日時 7月17日(月) 8:00~9:00 《少雨決行》

※詳細は、回覧でご確認ください。



～加茂地区保健推進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17日(月) 9:30～11:30 ※予約不要です。

内 容 真誠会さんによる第1回体力測定
自分の年齢に合った体力があるかどうか確認しましょう

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24日(月) 13:30～15:30
(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

今月は保健推進員の
健康づくり教室とは
別の日程ですので、
ご注意ください

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 兵頭

～加茂地区食生活改善推進員会からのお知らせ～

こども料理教室

日 時 7月27日(木) 10:00～13:00

場 所 加茂公民館 講習室

持ち物 エプロン、ハンカチ、飲み物(水分補給用)

参加費 300円 ※当日持ってきてください。

メニュー 夏野菜のビビンバ、わかめスープ、ヨーグルトゼリー

対 象 小学校5年生・6年生

定 員 20名

申込み 7/24(月)までに加茂公民館までお申込みください。
※学年・氏名・電話番号をお知らせください。



メンズクラブ(男性の体操教室)

日 時 7月3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



※※7月の活動予定※※

◆13日(木) セタまつり★

支援センターの先生と遊ぼう

※要申込 7月7日(金) 10:00 締切

◆27日(木) 消防署へ見学に行こう

きょうだいも大歓迎!

場所 鳥取県西部消防局

※要申込 7月21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)または加茂公民館までお申込みください。

子育て支援事業 加茂っ子クラブ

7月8日(土) 9:30～11:30

『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。

7月の予定

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

8月の予定

	曜日	行 事
21	月	加茂地区健康づくり教室 なんでも健康相談 かもめ学級⑥
24	木	自治会長定例会
30	水	学習講座 バッククッキング



校区民ソフトボール大会 結果報告(6/18開催)

優勝	三柳北自治会
準優勝	5区西自治会
3位	1区自治会
〃	2区自治会