

令和8年10月イベント一覧

	開催時期	イベント名等	概要	場所
1	10月2日(金) 9:30~12:30	うどんde運動	うどん作りを通して楽しくフレイルを予防する会。生地をこねたり、足で踏んだりする全身運動を行う。	県公民館
2	10月3日(土) 11:00~12:30	市民公開講座 知って安心、受けて納得！ 私のがん検診	骨密度測定、味覚チェック、フレイル度チェック、eスポーツ体験など楽しみながら健康チェックができるイベント。	国際ファミリープラザ 2階ファミリーホール
3	10月5日(月) 10:30~11:45	文化ホールでうたおう 懐かしのメロディーをうたう会	歌謡曲を中心に加山雄三、美空ひばりなど懐かしい曲を楽しく自由に歌う会 ※参加費200円が必要	米子市文化ホール メインホール
4	10月5日(月) 14:00~16:00	吹き矢&吹き戻し 呼吸講座	吹き矢&吹き戻しは、口の周りの筋肉強化、腹式呼吸の促進、誤嚥予防につながる。口腔機能の改善のための講座。	加茂公民館
5	10月8日(木) 10:00~11:00	ゆめダン	懐かしい音楽に合わせてカラダを動かす。椅子に座って踊ったり、立ってステップを踏んだり、心も踊る60分プログラム。	大篠津公民館
6	10月9日(金) 18:30~21:00	市民交流ステージ 「公会堂で歌おう！」	ステージで歌を披露し合いながら、世代間の交流を図る。	米子市公会堂
7	10月10日(土) 10:00~15:00	米子市健康づくりブース (寿製菓大感謝祭内)	米子市の健康づくりの取組を紹介。また、簡単な体力チェックができるブース。	お菓子の寿城

	開催時期	イベント名等	概要	場所
8	10月10日(土) 10:00~11:30	夜見地区健康まつり	健康チェックブースでは、味覚チェックなどを実施。 ※対象は65歳以上の夜見地区在住の方(定員70名)	弓ヶ浜小学校 体育館
9	10月11日(日) 9:00~11:30	淀江地区みんなで スポーツの日	自治会対抗の競技、体力測定会、輪投げ、お菓子競争など、幅広い世代が楽しめるイベント ※対象は淀江地区の方	淀江体育館
10	10月13日(火) 12:15~14:00	ランチタイムレコード	平日の午後のひととき、昔懐かしいアナログLPレコードを聴きながら、ゆったりとした時間を過ごしてみませんか?	淀江文化センター イベントホール
11	10月16日(金) 18:30~20:00	ナイトタイムレコード	公会堂の大ホールでレコードを聴きながら、ゆったりとした夕べのひとときを過ごす企画	米子市公会堂
12	10月18日(日) 9:30~12:00	PIROPIROeスポーツ (米子城跡三の丸広場 オープニングフェスタ)	吹き戻しをゲームをしながら体験することができる。子どもから高齢者まで楽しめる。	三の丸広場
13	10月20日(火) 14:00~16:00	いきいきeスポーツ交流大会 (1回目)	得点を競いながら楽しむeスポーツ交流大会	弓浜地域老人福祉センター
14	10月21日(水) 13:30~14:30	ゆめダン	懐かしい音楽に合わせてカラダを動かす。椅子に座って踊ったり、立ってステップを踏んだり、心も踊る60分プログラム。	夜見公民館
15	10月22日(木) 10:00~11:00	ゆめダン	懐かしい音楽に合わせてカラダを動かす。椅子に座って踊ったり、立ってステップを踏んだり、心も踊る60分プログラム。	和田公民館

	開催時期	イベント名等	概要	場所
16	10月22日(木) 13：30～14：30	ゆめダン	懐かしい音楽に合わせてカラダを動かす。椅子に座って踊ったり、立ってステップを踏んだり、心も踊る60分プログラム。	福生西公民館
17	10月25日(日) 8：00～12：00	ノルディック・歴史ガイド ウォーク (三の丸広場完成記念 イベント)	解説を聞いて米子のまちなみや城跡をめぐる(約7km)。 ※要予約(文化振興課☎23-5437)	三の丸広場
18	10月29日(木) 13：30～14：30	ゆめダン	懐かしい音楽に合わせてカラダを動かす。椅子に座って踊ったり、立ってステップを踏んだり、心も踊る60分プログラム。	大和公民館