

# 令和6年 5月 就将公民館だより

〈電話〉32-9390 〈ファクス〉32-9405  
〈E-mail〉[syusho@chukai.ne.jp](mailto:syusho@chukai.ne.jp)

〈発行〉就将公民館  
〈住所〉米子市大谷町 1-1

QR コード



だより



ホームページ

## ○今後の主な予定○

4月27日(土)

~5月10日(金) 新加茂川沿い鯉のぼり掲示

**5月** 3日(金)~6日(月) 休館

8日(水) マンマサークル定例会

9日(木) 学習講座「身だしなみ講座①女性編」

10日(金) 学習講座「館外研修エジプト美術館展」

12日(日) 城山清掃(希望者は下山時、植物観察)

13日(月) わすれんぼ魔女のニコニコお話し会

15日(水) 友愛訪問

16日(木) ワイワイ大人の音読教室※裏面参照

17日(金) 米子市公民館連合会総会(午後休館)

18日(土) ワイワイ子どもの音読教室※裏面参照

19日(日) グラウンド・ゴルフ大会

20日(月) 楽しく♪フレイル予防(第1回目体験会)

23日(木) 保健師の出張!なんでも健康相談

23日(木) マンマサークル自主活動

**6月**

3日(月) わすれんぼ魔女のニコニコおはなし会

6日(木) みらい塾介護予防講座(認知症)

12日(水) マンマサークル

17日(月) 楽しく♪健康教室(2回目)

※予定は変更になることもあります。

## 令和6年度就将みらい塾

### ● 介護予防講座

6月6日(木) 午後1時30分から午後3時

「知ってほしい!!正しい認知症予防」

講師: 鳥取大学医学部保健学科

認知症予防学講座

教授 浦上 克哉 氏

5月17日(金)は米子市公民館連合会総会出席のため、正午で公民館を閉めさせていただきます。週末に公民館を使用される団体は、金曜日の正午までに鍵を取りに来てください。宜しくお願いたします。

## 楽しく♪フレイル予防!始めます!!

全7回(1回だけの参加でも可) 概ね60歳以上の方

現在の体力・知力・気力を維持するために、公民館で最新の情報を手に入れましょう!!

栄養教室・お口の教室もあります。年間スケジュールは全戸配布のチラシをご覧ください。

### 第1回目(体験会)

5月20日(月)10時30分から正午

内容:前半 フレイル予防運動(運動指導員がリモートでします)

後半 栄養教室(健康対策課 栄養士)

持ち物:上靴、飲み物(水分補給用)、動きやすい服装

その他各自必要と思うもの

参加費:無料

## 城山清掃と植物勉強会

日時:5月12日(日)9:00~少雨決行

受付:9:00までに城山枡形広場。

お茶とごみ袋をお渡しします。軍手等は各自。

清掃場所:枡形より頂上までのごみ拾い。

頂上の草取り。講師による城山の植物勉強会も実施します。(登頂・下山の道中)

下山後、「いただき」をお渡しします。

◎自治会長さんは5月7日(火)までに参加者名簿を公民館まで提出してください。



## グラウンド・ゴルフ大会参加申込受付中

日時:5月19日(日)午前9時から

場所:就将小学校グラウンド

チーム:1チーム4名~5名

募集締切り:5月9日(木) 体育部員さんにお申し込みください。

小学生(4年生以上)を含むファミリーのご参加も大歓迎です!!参加賞、個人賞もありますよ!



裏面もご覧下さい ↓

## 【5月 マンマ子育てサークル】

### 《定例会》

日 時：5月8日（水）  
 午前10時30分～  
 場 所：公民館2階和室  
 内 容：歌や工作など、色々な活動をしています。  
 参加費：無料  
 持ち物：水分補給用のお茶、各自必要な物

### 《自主活動》『まま～る TOCCO 先生のリズム遊び』 要申込

日 時：5月23日（木）  
 午前10時～  
 場 所：公民館2階集会室  
 内 容：みんなで歌やダンスを楽しみましょう！  
 参加費：一家庭300円／大人  
 持ち物：水分補給用のお茶、各自必要な物  
 申込み：5月16日（木）までに公民館まで。

## 保健師の《出張！なんでも健康相談》

5月23日（木）、6月27日（木）  
 公民館図書室



保健師の酒井です。月1回開催しています。予約不要です。赤ちゃんから大人の方まで、どなたでもお越しください。

米子市健康対策課 ☎23-5454

毎月第4木曜日の午前に開催します。

ふらっと、気軽にお立ち寄りください。

午前です



## ワイワイ(大人、子ども)音読教室

5月から音読教室が始まります。

「音読」とは同じテキストをみんなで声をそろえて読むことです。脳の刺激や集中力アップが期待されます。講師は経験豊富な司書さんです。

大 人	子ども(字が読める年齢～)
毎月第3木曜日	毎月第3土曜日
午後1時30分～ 2時30分	午前10時～11時
公民館図書室	公民館図書室
定員10名	定員10名
5月16日(木)	5月18日(土)
6月20日(木)	6月22日(土)※第4土

テキストは主催者が準備します。参加費は無料です。参加希望者は公民館受付の申込み表に名前を記入しておいてください。毎回、先着10名です。まずは体験してみてください。



## 就将の宝散策の会からお知らせ

### 城山には何種類の薬草が生えているか、鷺見先生(大山町教育長)と探してみよう！

日 時：5月11日(土曜日)

午前9時 城山三の丸駐車場集合

午前中で終わります。

参加費：無料

持ち物：各自必要と思うもの

申込み：5月7日(火)までに公民館までお申し込みください。

問い合わせ先：就将の宝散策の会

【代表】角 眞一氏 電話 090-1188-0211

### 就将の宝 6月の予告！

「一度は行ってみたい大塚国際美術館」(徳島)

6月29日(土)

午前7時出発 午後6時頃帰着

参加費：12,000円

※大塚国際美術館は世界26か国の西洋名画を陶板で原寸大再現しています。

※コースの詳細は公民館だより6月号でご案内します。



## 年齢問わず、だれでも参加できる！

### スポーツいろいろ体験会！ 参加者募集

6月16日(日) 9時30分～11時30分

ボッチャ、ふらばーるバレーボール、モルックを体験してみませんか？年齢を問わず、初めての方でも楽しめるスポーツです。ご家族、お友達、ご夫婦、個人で、どうぞご参加ください。参加費無料。

日時：6月16日(日) 9時30分～

会場：湊山体育館(上靴必要)

申込み：6月10日(月)までに、氏名、年齢、電話番号を公民館までご連絡ください。お申し込みをお待ちしています。※参加賞あります(^\_^)