



# 義方公民館からの お知らせ

【 義方公民館 】

米子市立町4丁目105-23

TEL 34-4371 FAX 34-4405

E-mail gihoh@chukai.ne.jp



★ひとづくり・まちづくり事業★

## 【ぎほう昔遊び大会

### 『おにぎり作り』にチャレンジ】

日 時 2月2日(日) 9:30～正午頃

場 所 義方公民館

参加費 1人 100円

持ち物 エプロン・三角巾・マスク

手拭き用タオル・上靴



紙コップでの工作も仲間に加わり、  
楽しい昔遊びを計画中♪

## 義方コミュニティ 協議会研修会



日時 2月22日(土) 13:30～15:00

場所 義方公民館 研修室1 (2階)

演題 『安心して住み続けられるまちづくり』

講師 米子市社会福祉協議会

福祉のまちづくり推進課長 森本 和義氏  
地域福祉活動支援員 生田 汐 氏

申込締切 2月14日(金) 17:00まで

※各団体から1～2名までの参加をお願いします。

※天候等の状況によっては中止になる場合があります。

～食生活改善推進会より～

## 🍷 養成講座受講募集 🍷

5回の調理実習を通して、自分や家族、地域の健康づくりについて学び、食生活改善推進員としての活動にご協力をお願いします。

受講希望の方は、公民館までお願いします。

締切3月29日(金)

料理の腕と知識のスキル  
アップにつながります🍷



## スマホ教室開催

日 時 ◇2月 7日(金) 1部 10:30～

2部 13:00～

◇2月21日(金) 3部 14:30～

講 師 スマホ教室担当 井上 大輔 氏

内 容 携帯電話の便利な使いから詐欺  
などの防犯やや防災にも役立つ  
便利で安心安全な使い方を楽しく  
わかりやすく学べます。

詳しくは、公民館窓口・申込書にて

申込先 義方公民館 ☎ 34-4371



## 〈職員不在のお知らせ〉



2月28(金)午後は職員が市公民館連絡協議会に出席のため、公民館窓口は閉まります。  
公民館をご利用の方は、事前に鍵を借りに来てください。



## 3月6日(木)は 公民館の使用できません

公民館内のワックスがけをするため、公民館は終日使用できません。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。



## 「おいしく食べて健康づくり教室」

テーマは「バランス食で糖尿病予防」血糖値が気になる方も、そうでない方も、食事バランスについて、楽しく学んでみませんか？

■とき 2月13日(木) 10:00～13:00

■ところ 義方公民館

■内容 調理実習と健康づくりのお話

■講師 米子市健康対策課 管理栄養士・保健師

■持ち物 エプロン、三角巾

■材料費 300円

■申込み 2月6日(木)までに

義方公民館 34-4371 へお申込みください。

義方地区食生活改善推進委員会

義方地区保健推進委員会・米子市健康対策課



### 献 立

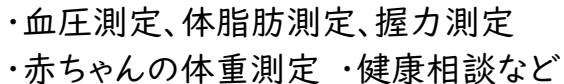
🍗 鶏肉と彩り野菜の  
オイスターソース丼

🥬 キャベツとツナの甘酢サラダ

🍓 ヨーグルト寒天

## 《リモート運動体験も実施中》

中継映像を見ながら体操をします。  
途中参加・退場できますので、気軽にご参加  
ください♪



■とき 2月17日(月)10:30～12:00

■ところ 義方公民館 研修室Ⅰ(2階)

■持ち物 上履き、飲み物、汗拭きタオル

■参加費 無料 予約不要

■連絡先 米子市フレイル対策推進課

23-5458



参加者が昨年よりも増え、大変にぎやかな囲碁・将棋大会となりました♪



今年は、昔懐かしい  
 木製足つき将棋盤も用  
 いての大会 ☆小学生も  
 かっこよく将棋を指し  
 ていました。  
 一般の部・囲碁大会  
 も盛り上がりました。



↑ 将棋大会 一般の部

