

◇9月公民館行事予定◇



- 4日(水) メンズシニア料理教室
- 5日(木) 運動会合同会議
- 6日(金) 河崎ふるさと塾⑥健康講座
- 13日(金) 出張!なんでも健康相談(芝谷公民館)
- 14日(土) 河崎小学校校庭除草作業(雨天:21日)
- 18日(水) カンガルーポケット
- 20日(金) リモート運動体験
- 25日(水) 総務部会
- 29日(日) 河崎校区大運動会
- 30日(月) 休館日



◇10月公民館行事予定◇



- 11日(金) フレイル予防運動教室
- 14日(月) シニアグラウンドゴルフ大会
- 16日(水) カンガルーポケット
- 23日(水) 学習講座・寄せ植え作り
- 24日(木) 出張!なんでも健康相談(河崎新田会館)
- 25日(金) 総務部会
- 26日(土) 河崎公民館祭
- 28日(月) 休館日
- 29日(火) 出張!なんでも健康相談(伯母山会館)



祝!ねんりんピックとっとり グラウンドゴルフ大会出場!!

磯部 新一さん

久美子さん(伯母山)



10月20, 21日に湯梨浜町で開かれる「ねんりんピック鳥取」グラウンドゴルフ大会に見事、予選を勝ち抜いた磯部さんご夫妻が会場されることになりました。10年前から始めたグラウンドゴルフだそうですが、持ち前のセンスと「ほぼ毎日」の練習で腕を上げ、今や大会に出場すると常に上位入賞、一目置かれる存在だとか・・・!ねんりんピックでは全国からの参加者と楽しんでプレーしたいと話す新一さん。グラウンドゴルフ発祥の地で仲よし夫婦の好プレーを期待しています!

河崎伝承芸能 フェスティバル

7月27日



たくさんの
ご来場ありがとうございました。



★今年のゲストは白鳳高校の郷土芸能部のみなさん。淀江さんこ節、銭太鼓や傘踊りユニークな壁塗り踊りを披露して頂きました!出演者、スタッフのみなさん、ご協力ありがとうございました

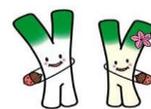


この度、宝くじコミュニティ助成事業として「ステージ」を購入しました。早速、フェスティバルで使用し、お披露目いたしました。河崎校区自治連合会



《フレイル度チェックで健康づくり》

65歳以上の方を対象にフレイル度チェックの案内を発送しています。案内が届いたらチェックしてご自身の健康状態を確かめてみましょう!



ライブで運動体験!フレイルをスマイルに!

10月はリモートではなく、公民館に健康運動指導士を講師に招き、フレイル予防運動を行います。一緒に体操をしてみんなで健康になりましょう。

- ◇日時 10月11日(金)10時半~12時
- ◇持ち物 上履き、飲み物、タオル
- ◇場所 河崎公民館2階集会室



※お問い合わせは、米子市フレイル対策推進課Tel23-5458まで。

ののこめし作り 7/30

毎年恒例の「ののこめし作り」が民生児童委員のみなさんの指導で開かれました。出汁をとったり、小さく野菜を切ったり、時間をかけて丁寧に作られたののこめしの味は格別で、「おいしい！」と何個も食べる姿が見られました。



こども料理教室 8/6 ~食生活改善推進員会~

夏休みを元気に過ごしてもらおうと食欲をそそるスタミナメニューの料理教室が開かれました。



★メニューは夏野菜と豚肉の南蛮丼！

★みんな笑顔でいただきまーす！



夏休み子ども教室 8/8

クラフトテープを使ってフラワーマグネットを作りました。クラフトテープを切るのに苦戦する子もいましたが、慣れてくると2個3個作り色の組み合わせを楽しんでカラフルなマグネットが出来ました。



広報部便り

～環境部を担当して！～

4月から環境部の担当になりました。これまでは、ゴミ袋を出すだけでしたが、ゴミステーションでの未回収が多いのにビックリしました。

未回収ゴミの一例(可燃ゴミ)

① 指定ゴミ袋に入れずに出している。

・小箱やビニールなどの袋にゴミを入れている。

② レジ袋などの袋にシールを貼って出している。

(不燃ゴミ)

① 不燃物と可燃物が混ざっている。

② 指定ゴミ袋に入れずに出している。

③ 可燃物にシールを貼って出している。

(ペットボトル)

① キャップ、シールを取っていない。

② 空き缶が混ざっている。

③ 飲み物の汚れが混ざっている。

●今後の対策として

※シールは万能ではない。

市販の袋にシールを貼っても回収されない。袋に入らない90cm以下の物に貼る。

※可燃ゴミ・・・生ゴミはゴミステーションが汚れ、悪臭の原因になるので水分をしっかりと切ってから出す。

※不燃ゴミ・・・不燃ゴミと可燃ゴミが混ざって袋に入っていると未回収になるのできちんと分別する。

※ペットボトルは飲んだらすぐに洗う。汚れが落ちない物は可燃ゴミとして出す。

～可燃ゴミ・不燃ゴミ・ペットボトルの袋には部屋の号数を記入されていると対策しやすいです。今後も自治会の皆様の協力で『未回収ゼロ』を目指して頑張ります！



河崎地区社会福祉協議会

香典返しとしてご寄付頂きました。

(8月21日現在)

(芝谷) 芝田 正弘 様 30,000 円

福祉事業の為に活用させていただきます。

ありがとうございました。

～スポ少・同好会の皆さんへ～

河崎校区大運動会で

スポ少の部活動紹介をしませんか？

□9月29日(日)

河崎校区大運動会 昼食休憩時

★ご希望の団体は9月17日(火)までに公民館にお申込みください。

ダンディー倶楽部(男性の体操教室)

★日時 9月25日(水)13:30～

★持ち物 タオル・飲み物・上靴

お気軽にご参加ください！

米子市後藤ヶ丘・加茂地域包括支援センター

河崎公民館便り第90号訂正のお知らせ

先月発行致しました「河崎公民館便り」の役員名簿の中に氏名の間違がありました。お詫びして訂正いたします。

浜橋自治会体育部

(誤) 宮本裕子さん → (正) 宮田裕子さん

河崎公民館

米子市河崎2620番地

電話 29-9866

FAX 29-9867

e-mail kawasaki@chukai.ne.jp

★団地西広報部