

令和6年11月 あがた公民館だより

〒689-3521
米子市河岡5番地
電話：27-1010
FAX：27-1982
E-mail: agata@chukai.ne.jp

第7回 あがたカレッジ（介護予防講座）
共催：保健推進委員会

「おいしく食べて健口づくり」



日時：11月25日（月）13:30～15:00

場所：県公民館

講師：西部歯科医師会 歯科衛生士 織奥 奈々氏

第8回 あがたカレッジ（音楽講座）・閉講式

「ゴスペル ウィンターコンサート」

日時：12月5日（木）13:30～15:00

場所：県公民館

ゴスペルオーヴの皆さんによるコンサートです。
一緒に身体でリズムをとりながら楽しみましょう♪
コンサート終了後は、今年度の閉講式を行います。
皆勤賞・精勤賞の表彰式を行いますので、皆さまご参加ください。

「おいしく食べて健康づくり教室」

とき：令和6年12月10日（火） 10:00～13:00

ところ：県公民館

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

献立：鶏肉と彩り野菜のオイスターソース丼

きゃべつとツナの甘酢サラダ・ヨーグルト寒天

材料費：300円

持ち物：エプロン・三角巾

申込み：12月3日（火）までに県公民館へ（TEL27-1010）

県地区食生活改善推進委員会・県地区保健推進委員会・米子市健康対策課



あがた公民館祭のご案内

日時 11月10日（日）
9:00～15:30
（今年度は1日のみの開催です）
場所 県公民館 前庭・館内他

作品展やトラックステージでのにぎやかな演出
豪華賞品が当たる抽選会もあります♪
今月配布の抽選券付ご案内チラシを忘れずにお持ちください。

「きないや・いかいや市」開催！

日時 12月1日（日） 10:00～12:00
場所 県体育館（土足OKです）

詳細は今月配布のご案内チラシをご覧ください。
小銭とエコバッグをご持参の上、皆さまお誘い合わせしてお出かけください♪

出店代表者会議を開催します

日時 11月1日（金）19:30～
場所 県公民館

ご案内のあった出店者の方は、お出かけください。

公民館休館日のお知らせ

11月18日（月）…公民館祭の振替休館日
事務室を閉めさせていただきます。
公民館及び体育施設を使用される方は、事前に力
ギを借りに来て下さい。

【11月の予定】

1	金	きないや・いかいや市出店団体打合せ会	エアロビクス・習字
2	土	青少年育成会芋ほり10:00～	大正琴・ダンス
3	日	文化の日	ヨガ・神楽
4	月	振替休日	
5	火		
6	水		
7	木		
8	金		
9	土	公民館祭前日準備	
10	日	公民館祭	
11	月		体操
12	火		ダンス
13	水		空手・ヨガ・ポッチャ・手話
14	木		習字
15	金		つくしんぼ・エアロビクス・パソコン・習字
16	土		大正琴・フラダンス
17	日		神楽・ダンス
18	月	公民館祭振替休館日	
19	火	文化部会・なんでも健康相談	ダンス
20	水		ヨガ・空手
21	木	リモート運動・民児協・在宅見守り	習字
22	金		習字・エアロビクス・ばら
23	土	勤労感謝の日	フラダンス
24	日		神楽・ダンス
25	月	あがたカレッジ	体操
26	火		ダンス
27	水	自治会長会	ヨガ・ポッチャ・空手・手話
28	木		習字
29	金		習字・エアロビクス
30	土		フラダンス

12月の予定

1日（日）…きないや・いかいや市
5日（木）…あがたカレッジ閉講式（音楽）
10日（火）…おいしく食べて健康づくり教室
18日（水）…門松づくり
21日（土）…米子市ふれあい発表会
23日（月）…学習講座（しめ縄づくり）



10/13(日)開催

県地区民大運動会を開催しました！

秋晴れのさわやかな晴天の中、大歓声が響きました♪
選手・役員・ボランティアの皆さま大変お疲れさまでした！



開会式



新競技！
宅配便リレー



玉入れ競争



表彰競技-綱引き
★優勝 蛍ヶ丘自治会



山あり谷あり



あがた保育園バルーン演技



新競技！
担架リレー

おめでとうございます
令和6年度米子市自治連合会定例総会において
表彰状を贈呈されました

自治会長20年在任
みなみ自治会 奥田 登 氏

保健師の出張！なんでも健康相談 & 箕蚊屋地域包括支援センター出張相談

県地区担当保健師の山本です。
生活習慣、健康のこと、日ごろの心配事など、どなたでもど
うぞ。
予約不要で、毎月1回実施しています。



日時：令和6年11月19日（火） 9：30～11：30

場所：県公民館1階 和室

内容：血圧測定、体脂肪測定、握力測定、
フレイルチェック、赤ちゃんの体重測定
高齢者に関する相談（生活、認知症、介護保険 など）

問合せ：米子市健康対策課 ☎23-5454

ライブで運動体験！フレイルをスマイルに☆ （フレイル予防教室）

ライオンハートさんから講師を招き、フレイル予防運動を行
います！

一緒に体操してみんなでフレイルをスマイルに！

日程：令和6年11月21日（木） 13：30～15：00

場所：県公民館

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、申込み不要です

子育てサークルつくしんぼ

※日時：11月5日（火） 10:00～10:40

場所：あがた保育園

※日時：11月15日（金） 10:00～11:30

場所：県公民館 和室

【連絡先：県公民館 ☎27-1010】

育児のあれこれ、
おしゃべりしま
せんか？



【米子市役所からのお知らせ】

住民票などの各種証明書の公民館での取次事務は、
令和6年12月末をもって終了します。
ご利用いただいている皆様方にはご不便をおかけし
ますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

問合せ先：米子市役所市民一課 ☎23-5141

見守り 新鮮情報

数カ月前
に「荷物
を預かっている」
というSMSが届き、
URLをタップした。
そのときに不審な
アプリをダウン
ロードしてしまったの
かもしれない。
（70歳代 女性）



宅配便業者を装ったSMS URLにアクセスしないで

ひとこと助言

真偽を確認！



- 宅配便業者の不在通知を装って送られてくるSMS（ショートメッセージサービス）に、偽サイトに誘導するためのURLが記載されており、アクセスしたことにより、自分のスマホが不正利用されるという被害が起きています。
- SMSで不在通知が届いても、記載されているURLにアクセスしてはいけません。電話窓口や公式ホームページ等で、宅配便業者の正式なサービスか調べ、真偽を確認しましょう。
- URLにアクセスしてしまった場合は、不審なアプリがインストールされていないか確認しましょう。また、IDやパスワード、暗証番号等の個人情報を入力してはいけません。
- 困ったときは、すぐにお住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください（消費者ホットライン 188）。