

7月の主な行事

1	月	学習講座③飾り巻き寿司
2	火	
3	水	
4	木	
5	金	
6	土	
7	日	グラウンドゴルフ大会、ソフトバレー大会
8	月	
9	火	こたかっこくらぶ
10	水	
11	木	成人セミナー④介護予防講座
12	金	
13	土	
14	日	
15	月	海の日
16	火	
17	水	
18	木	
19	金	
20	土	
21	日	
22	月	リモート運動体験・なんでも健康相談
23	火	盆踊り練習会
24	水	
25	木	
26	金	
27	土	わくわくサークル
28	日	
29	月	
30	火	
31	水	

↑
夏の交通安全県民運動
↓

★グラウンドゴルフ大会 ソフトバレー大会

【日 時】7月7日（日）9：00開会

【会 場】伯仙小学校グラウンド
伯仙小学校体育館



大高成人セミナー

④介護予防講座

『フレイル予防体操』

～健康寿命を延ばすために必要なこと～

【日 時】7月11日（木）13:30～15:00

【講 師】健康運動指導士

山川 了史 氏

⑤家庭教育講座

『特殊詐欺の現状と対策』

～あなたがだまされるかも？～

【日 時】8月6日（火）13：30～15：00

【講 師】米子警察署 大高駐在所

富山 弘貴 氏

大高納涼盆踊り大会のご案内

〈大高地区自治連合会〉

8月15日、大高納涼盆踊りを開催します。

下記の日程で練習会を開催しますので、お誘い合わせのうえ、ぜひお出かけください。

【日 時】7月23日（火）

8月2日（金）

両日とも19：30～20：30

【場 所】大高公民館スポーツ広場

（＊雨天時は学習室①）

子どもの遊び場！ **わくわくサークル**

27日（土）夏休みの宿題をやりよう！



9：30～12：00



子育てサークル **こたかっこくらぶ**

未就園児と保護者のサークルです。
どなたでもご参加いただけます！

9日（火）10:00～ 大高公民館

☆ラミネート、プラ板作りをします。



夏休み親子料理教室

＜大高地区子ども会育成会＞
＜大高地区食生活改善推進委員会＞

【日 時】 7月28日（日）9:30～
【場 所】 大高公民館
【講 師】 大高地区食生活改善推進員さん
【参加費】 300円（1人）
【申込み】 各地区子ども会育成会 役員さんまで

メニュー

1. 夏野菜と豚肉の南蛮丼
2. きゅうりとトマトの和風サラダ
3. みかん牛乳ゼリー

夏休みは
料理に挑戦しよう!!

親子読み聞かせ教室

【日 時】 7月13日（土）
13:30～
【場 所】 前田児童館



浄福寺の平田さんによる紙芝居やギターの
生演奏での合唱、工作などです。
どなたでも参加できます。
お気軽にお出掛けください。

【前田児童館】
米子市尾高1424-1 ☎27-2684

リモート運動体験!!

～映像を見ながら一緒に運動しませんか～
リハビリ専門職による運動教室「ふらっと運動体験」の
様子を公民館で中継放送します。（予約不要、参加希望
の方は当日会場にお越しください。）

日 時 7月22日（月）10:30～12:00
会 場 大高公民館 学習室（1）
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

お問合せ 米子市フレイル対策推進課
23-5458

※中継放送のため、運動指導者は
公民館には来られません。

保健師の出張！なんでも健康相談

日 時：7月22日（月）
9:30～11:30
場 所：大高公民館 図書室
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など

お問合わせ：米子市健康対策課 23-5452
大高地区担当保健師の山本まで

ご寄付ありがとうございました

大高地区社会福祉事業のためにご寄付を賜り、
厚く御礼申し上げます。

（香典返し） （5月15日～6月19日）

〈岡 成〉尾坂 好文 様（故人 尾坂 幸一 様）
〈大本坊〉仲原 克弘 様（故人 仲原 富知枝 様）
〈上市場〉山根 富美子 様（故人 山根 良子 様）

《大高地区ペタンク大会結果》

5月19日（日）、12チームの参加があり
熱戦がくりひろげられました。

【優 勝】 上市A
【準優勝】 上市場B
【3 位】 新 市



今月の投句コーナー

川柳を一緒にしまし
09077748096
柳がきた長生きしたらひ孫来た
孫がきた長生きしたらひ孫来た
初物は遺影の夫が毒見する
回覧板逆走させるおじいちゃん
覧板逆走させるおじいちゃん
笑いましょうユーモア川柳
青舞台は楽しかったな来ないよ
のど自慢より笑い芸達者のむ
農協が留守で不便だ後たのむ
過疎の村宝物だよ鯉のぼり
丁度よい待ち時間がに句をひねる
境港マドロが上がる値も上がる



山 齋 花 仲 戸 高
口 藤 田 原 田 嶋 高
振 作 振 振 振 振 振

栄 将 美 真 真 真
子 子 子 子 子
振 振 振 振 振