

福米東公民館だより

令和6年11月号

米子市西福原6丁目2-20
TEL. 34-3072
FAX. 34-3078
E-mail: yonee@chukai.ne.jp

あなたの元気が公民館の活力!



11月の行事予定

日	曜	行 事
1	金	
2	土	
3	日	《文化の日》
4	月	《振替休日》
5	火	ゆうあいの郷定例会(10:00~)
6	水	
7	木	
8	金	フレイル予防教室(10:00~) リモート運動体験(10:30~)
9	土	
10	日	ボッチャ大会 於:福米東小学校体育館 (9:00~開会式、9:30~試合開始)
11	月	
12	火	ふれあい学級 防犯講座(13:30~)
13	水	保健師のなんでも健康相談(9:30~)
14	木	
15	金	見守り援助活動(9:30~)
16	土	
17	日	
18	月	
19	火	おいしく食べて健康づくり教室(9:30~)
20	水	
21	木	
22	金	ライブで運動体験!(10:00~)
23	土	《勤労感謝の日》
24	日	
25	月	
26	火	自治会長会(17:00~)
27	水	
28	木	
29	金	中央地区公民館連絡協議会研修(15:00~)
30	土	昔あそびの会(10:00~)

福米東地区人口速報

令和6年9月30日現在 ※()内は令和6.9.30比

世帯数: 5,349世帯 (+40世帯) 人口: 11,010 (+60人) 全市人口: 144,142人 (-1,109人)
男: 5,202人 (+13人) 女: 5,808人 (+47人) 65歳以上: 2,554人 (+68人) 高齢者率: 23.20% (+0.57%)、全市29.85% (+0.29%)

ふれあい学級のご案内

☆防犯講座

「特殊詐欺にだまされないために」

日時: 11月12日(火) 13:30~15:00

場所: 福米東公民館

講師: 米子警察署 生活安全課 職員



☆音楽講座・閉講式

「なつかしの昭和のメロディーを歌ってみよう」

日時: 12月6日(金) 13:30~15:00

場所: 福米東公民館

講師: マジョルカ武田氏



音楽講座は受講生のみでの参加になります。

校区ボッチャ大会

日時: 11月10日(日) 9:00開会式

場所: 福米東小学校体育館

自治会対抗のボッチャ大会です。
参加ご希望の方は、各地区自治会長又は体育部員
までお申し込みください。



人権問題を学ぶ懇談会(小地域懇談会)

日時: 12月7日(土) 13:30~15:00

場所: 福米東公民館

講演: 「加納莞薔の平和への思い 今、こどもたちへ」

講師: 安来市加納美術館

名誉館長 加納 佳世子氏

対象: 山地地区・前地地区

~福米東地区人権問題の学習を進める会~



昔あそびの会 ~昔あそびと、お楽しみの会~

日時: 令和6年11月30日(土) 午前10時~12時

場所: 福米東公民館



子どもしめ縄作り教室のご案内

日時: 12月14日(土) 9:00~12:00

場所: 福米東公民館

参加費: 100円(当日、集金します。)

定員: 20名程度

持ち物: ハサミ、タオル、汚れてもいい服装



※申込みは、11月11日(月)より受付を開始します。

下記の申込書にご記入のうえ福米東公民館に提出して
ください。(電話ではお受けできません)

「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」。バランスのよい食事は健康的な
食生活の基本です。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: 11月19日(火) 10:00~13:00

ところ: 福米東公民館

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: 鶏肉と彩りの野菜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

材料費: 300円

持ち物: エプロン・三角巾

申込み: 11月12日(火)までに

福米東公民館(電話34-3072)へお申込みください。

<福米東地区保健推進員会・米子市健康対策課>



《公民館からお知らせ》

11月29日(金)は、中央地区公民館連絡協議会研修のため、
14時以降は事務室を閉めさせていただきます。お部屋
は通常通り使用できますので、事前に申し込みと、玄関
のカギの借用をお願いいたします。



『12月の行事予定』

- 6日(金) ふれあい学級
- 14日(土) しめ縄作り教室
- 20日(金) 見守り援助活動
- 21日(土) 米子市公民館ふれあい発表会
- 27日(金) 仕事納め

《お 礼》

福米東地区社会福祉協議会にご寄付をいただきました。地区社会福祉事業に役立たせていただきます。ありがとうございました。
(令和6年9月21日～令和6年10月20日現在)

【香典返し】
山地2区 池内 孝義様 (故 池内 智恵子様)
福米東地区社会福祉協議会

リモート運動体験・フレイル予防教室(お口の話)

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します。フレイル予防(お口の健康)をテーマにした30分の教室を、リモート運動体験の前に行います。予約は不要です。ぜひ、ご参加ください。

日 時: 11月8日(金) 10:00~12:00
10:00~10:30 保健師によるお口の話
10:30~12:00 リモート運動体験



場 所: 福米東公民館
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 <米子市健康対策課 23-5452>

ライブで運動体験!フレイルをスマイルに☆

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!一緒に体操してみんなでフレイルをスマイルに!



■日 時 令和6年11月22日(金) 午前10時~11時30分
■会 場 福米東公民館
■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
■問合せ 米子市フレイル対策推進課 23-5458



ありがとうございました

10月1日(火)にゆうあいの郷の皆様
に玄関の前に花を植えていただきました。
おかげさまで、玄関の前が華やかになりました。
ありがとうございました。



学習講座を開催しました。 「シャドーボックス」

9月26日(木)
Art Living 秋吉 さなえ氏を
お招きしてシャドーボックスを
作成しました。



ふれあい学級を実施しました!

9月27日(金)に野外学習「琴浦開運 昇龍めぐり」に出かけてきました。神崎神社・清元院で
ご利益を頂き皆さんケガもなく楽しい野外学習に
なったと思います。



福米中学校のコーナー

心から安心して
誰もが楽しめる学校を
みんなで築こう

西部地区駅伝競走大会

10月16日(水)に行われた西部地区駅伝大会では、男子5位・女子7位という結果で男女とも県大会出場権を獲得しました。それぞれの選手が自分の精一杯の力を出して、最後まで全力でやりきってくれました。選手も、応援の人も、それぞれ自分ができることを全力でやり遂げたからこそ、今回の結果がついてきたのだと思います。



全日本マーチングコンテスト

全日本マーチングコンテスト鳥取県大会が、9月23日に行われました。福米中学校は金賞を受賞し、見事に中国大会出場を決めました。10月6日に広島県で行われた中国大会では、息の合った演奏と演技で銀賞に輝きました。

福米中学校小中合同VS活動

~自分たちのふるさとを自分たちで美しく 小学生・地域の方と共に!~

10月17日(木)に、福米東小学校、福米西小学校の6年生、福米中学校の1年生で、「小中のつながりで私たちの町に美しさと笑顔を」をスローガンに地域の公園や神社、海岸等の清掃を行いました。福米東公民館、福米西公民館の皆様や各自治会長様には企画の段階から大変お世話になりました。当日も、児童生徒以外に多くの地域の方々と一緒に活動していただきました。本当にありがとうございます。このような活動を通し、いつもお世話になっている地域の方々や普段何気なく利用している施設を大切に想う気持ちを養い、「今度地域の清掃活動に参加してみようかな。」とか、すこしでも心の変化につながったらうれしいですね。



令和6年度西部地区秋季総体の結果はQRコードを読み取ることで、HPより確認できます。



福米東小学校のコーナー

~輝くバトンで笑顔をつなげ! 情熱あふれる運動会!~

9月末での週間予報では、雨マークが続く絶望的な1週間となりそうでした。しかし、東っ子のあふれるパワーと笑顔によって、10月5日(土)は快晴の秋空の下で、秋季運動会を行うことができました。昨年度から復活した色別応援合戦は「1年生から6年生までの全児童参加で行いたい!」という強い思いで取り組み、本番を迎えました。5・6年生が中心となって行ってきた準備や練習の成果を十分に発揮し、各色共に工夫を凝らした応援と団結を披露できたのではと確信しています。



今年度の試みとして、走ることが得意な児童も、そうでない児童もみんなが意欲的に取り組める種目編成をしました。1・3・5年の「団体種目」、2・4・6年の「色別対抗全員リレー」はいかがだったでしょうか。また、昨年度好評だった全校競技「東っ子ファイナル」(色別対抗玉入れ)は、ぶっつけ本番での演技になりましたが、赤・青・黄の玉が演技終了後に数えながら空高く舞うたびに、勝利を信じて、祈るような気持ちでグラウンドが満たされる、まさにクライマックスのにふさわしい瞬間でした。

練習日程の後半のほとんどが雨のためにグラウンドで練習できないという悪条件にもかかわらず、子どもたちは、熱い思いをもって、笑顔で取り組み、堂々とした姿でやりきることができました。そして、競技が終わった後には、爽やかな笑顔がたくさん見られ、きっと最高の運動会になったことと思います。

今年度の秋季運動会は、大接戦の末、赤組の優勝で幕を閉じました。今回の運動会においては、保護者の皆様には、競技観戦優先ゾーンへの協力、あたたかい拍手・ご声援等、感謝いたします。また、全競技終了後、テント等の片付けを多くの保護者の皆様に手伝っていただき、ありがとうございました。

令和6年度秋季運動会フォトギャラリー

