

令和6年 9月

福生東公民館だより

TEL 34-3150・FAX 34-3177 E-mail fukuikkee@chukai.ne.jp

校区民親睦大運動会



～走ってつないでゴールをめざせ！心も体も いい汗かこう！～

日時 10月6日(日) 8:45開会（午前中で終了します）

場所 福生東小学校グラウンド ※雨天中止

みなさまのご参加をお待ちしております！！

プログラムは、
後日配布します



【お知らせ】公民館振替休日 10月7日(月)

運動会の振替で、職員は休ませていただきます。
公民館を利用される方は、事前に手続きをお願いします。



「福生ふるさと塾」のご案内

●ふるさと塾（第5回）

日時 9月10日(火) 10:00～11:30

場所 福生東公民館

内容 防災講座『地震対策・備えについて』

講師 米子市地域振興課 防災士 坂本 航 氏

●ふるさと塾（第6回） 現地学習「大山寺周辺散策」

日時 9月24日(火) 9:00～14:00

(9:00公民館集合) ※小雨決行

内容 大山町ガイドボランティアさんに説明していただきながら、
大山寺から大神山神社周辺をおよそ90分散策します。

参加費 1,700円(バス代・昼食代)

※大山寺本堂拝観をする場合は拝観料が300円かかりますので、各自で
別途ご準備をお願いします。(現地で決定します)

持ち物 水分補給用飲み物 動きやすい服装・靴でお越しください。

定員 30名(定員になり次第締め切ります)

申込み 9月10日(火)までに参加費を添えて福生東公民館までお申し込み
ください。電話での受付はできません。



学習講座 深雪アートフラワーでコサージュ作り

募集中!

日時 10月1日(火) 9:30～11:30

講師 師範 齊鹿 厚子 氏

参加費(材料費) ①1,200円 ②1,500円

※2種類あります。公民館に見本がありますので、受付時に選んでください。

持ち物 はさみ、手芸用か木工用ボンド(あれば)

定員 10名程度(定員になり次第締め切ります)

申込み 9月20日(金)までに参加費を添えて福生東公民館へお申し込みください。

※電話での申し込み・申し込み後の返金はありません。

自転車防犯パトロール隊

街角防犯パトロール



9月2日(月) 14:30～

保健推進員会 健康ウォーキング

9月19日(木) 9:30

公民館集合・出発

※帽子や日傘など、熱中症対策
をお願いします。



保健師の出張！なんでも健康相談

生活習慣、健康のこと、日ごろの心配ごとなど、
どなたでもどうぞ。

赤ちゃんの体重測定、血圧測定、握力測定等も
しています。

日時 9月26日(木)

午前9時30分から11時30分

場所 福生東公民館

連絡先 米子市健康対策課 23-5454

福生東地区

担当保健師 後藤です



大切な人のゲートキーパーになりませんか
ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気
づき、声をかけてあげられる人のことです。
人は誰しもが落ち込むことがあります。
もし、身近な人や大切な人が落ち込んでい
たらとても心配になりますよね。何かでき
ることはないか、でも何をしたらよいかわ
からないと悩んだことはありませんか。そ
んな時は、勇気を出して、まずはやさしく
声をかけてみることから始めてみてはど
うでしょうか。その行動が、ゲートキー
パーの第一歩になります。

ゲートキーパーについて詳しくはこちら
(厚生労働省ホームページ)



「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 10月10日(木) 午前10時～午後1時

ところ 福生東公民館

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・手ふきタオル

申込み 9月30日(月)までに福生東公民館(電話34-3150)へお申し込みください。



福生東地区食生活改善推進員会・福生東地区保健推進員会・米子市健康対策課

9月の行事予定

1	日	
2	月	街角パトロール14：30
3	火	
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	第5回ふるさと塾10：00
11	水	
12	木	公民館運営協議会19：30 (終了後自治会長会)
13	金	
14	土	小地域懇談会(1,2,3,4区自治会) 10：00
15	日	
16	月	【敬老の日】
17	火	
18	水	運動会全体会19：30
19	木	健康ウォーキング9：30 リモート運動体験14：00
20	金	
21	土	
22	日	【秋分の日】
23	月	【振替休日】
24	火	第6回ふるさと塾 現地学習9：00
25	水	
26	木	なんでも健康相談9：30
27	金	
28	土	
29	日	
30	月	

10月の行事予定

1日(火) 学習講座
6日(日) 校区民親睦大運動会
15日(火) 第7回ふるさと塾
20日(日) 校区グラウンドゴルフ大会

リモート運動体験！！ ～映像を見ながら一緒に運動 をしませんか～

日時 9月19日(木)
14時～15時30分
会場 福生東公民館
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

週末子ども支援事業 9月の日程

- とんぼクラブ
9月はお休みします。
次回は10月予定です。
- 茶道教室
9月28日(土)10：00～12：00

子育てサークル なかよしCLUB

- 定例会
【日時】9月 3日(火)
9月17日(火)
10：00～11：30
【会場】福生西公民館
※会場をお間違えにならないようにご
注意ください。

米子市民体育祭
第37回バレーボール大会
福生東チーム
男子 優勝 女子 優勝
アベック優勝です!! おめでとうございます



市内一斉清掃のお知らせ

10月5日(土) ※雨天実施
★ご協力をよろしくお願いいたします。

『アサギマダラ』を知っていますか？
夏が終わるころ、南の遠い国から海を渡ってくる『渡り蝶』です。
地区社会福祉協議会 地域福祉部会
では福祉バスで、その美しい姿を見に行きます。
その他、大山周辺をめぐるります。



日時：9月25日(水) 9時<福生東公民館に集合>
場所：伯耆町・ガーデンプレイス
お誘い合わせて参加してください。 詳細は、別紙といたします。

地区社会福祉協議会主催 第1回地区社会福祉協議会 映画観賞会

初回を飾る作品といえばこれ！
初秋の午後に、懐かしさを笑いとともに！

『男はつらいよ』～フーテンの寅さん・第1作～

日時：10月10日(木) 14：00～
場所：福生東公民館2階集会室
参加費：無料
申込み：不要

福生東地区社会福祉協議会 からお礼申し上げます。

香典(玉串料)返しとしてご寄付いただきました。

1区 幡井 和哉様 金一封

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。

7月22日(月) 盆踊り講習会



福生東小学校3年生の皆さんと一緒に
盆踊りを楽しみました。

7月25日～27日 子ども凧作り教室



米子福生凧の会の皆さまに
ご指導いただきました。

7月28日(日) 海つり体験教室



みんなで海釣りを楽しみました。

7月29日(月) 子ども絵画教室



素晴らしい作品ができあがりました。

7月30日(火) 子ども料理教室



おいしい料理ができました。

8月3日(土) 納涼祭



多くの方にご来場いただき、大変盛り上がり
ました!! ありがとうございました。