

令和7年 1月

福生東公民館だより

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



あけましておめでとうございます

新しい年を迎え、皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

公民館職員一同



職員不在のお知らせ

12月28日(土)～1月5日(日)は、年末年始閉庁のため、職員不在となります。
公民館を利用される方は事前に手続きをお願いいたします。

新年の集いのお知らせ

日時：1月7日(火) 10:00～11:30
場所：福生東公民館 2階集会室
演目：マリンバ ミニコンサート 井上 拓也 様

☆どなたでもご参加いただけます。お誘い合わせてお出かけください。



新年書初め教室

日時：1月7日(火) 13:30～15:00
場所：福生東公民館
講師：倉光 信一郎 先生
白根 美奈子 先生

※申し込みをされた方は、忘れずにお越しください。

自転車防犯パトロール隊

1月20日(月)
下校時パトロール

※14:30に小学校へお集まりください。

保健推進員 健康ウォーキング

1月16日(木) 9:30
公民館集合・出発

神社巡りの予定です。
寒さ対策をお願いいたします。

本を寄贈していただきました

米子市出身で元図書館司書の上田京子様から、ご自身が執筆された「生田春月への旅」1～3巻を公民館に寄贈していただきました。
ありがとうございました。



学習講座『みそづくり教室』

日時：2月17日(月) 13:30～15:30頃 (2時間程度)
場所：福生東公民館
講師：田村 範夫 氏(田村商店)
費用：1口(3kg程度) 2,800円

※会場での作成は1人1口のみです。

事前申し込みで材料の追加申し込みも可能です。

申込み：2月7日(金)までに参加費を添えて公民館にお申込みください。

電話での申し込み・当日のキャンセルの返金はできません。

定員：10名

持ち物：マスク、エプロン、三角巾、手ふきタオル

※1人分の材料がそれぞれビニールに入った状態で配布されます。参加者が各々1人で、機械などを使わず作業を行います。

※各作業はビニール袋越しに行うため、基本材料に直接触れることはありません。

※材料のみの申し込みも可能です。何口でも可能ですが、大豆は煮てありますので保存ができません。材料のみ申し込まれた方も必ず当日(2月17日)にお持ち帰りください。

【お願い】

※マスクの着用を必ずお願いいたします。

※当日、体調不良(発熱、腹痛、のどの痛み、せき等)の方は参加をご遠慮くださいますようお願いいたします。



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：1月23日(木)

午前9時30分から11時30分

※お子さんは10時30分以降にお出かけください。

場所：福生東公民館

連絡先：米子市健康対策課 23-5454

ヒートショックを防ぐには？



温かい部屋と脱衣所の温度差を5℃以内にす



湯船の温度は41℃以下にする



心臓から離れた足先からかけ湯をする



入浴前後に300ml程度水分を摂取する



お風呂から出るときはゆっくり立ち上がる



食後や飲酒後の入浴は控える

公民館大掃除お礼

12/13(金)に、各教室・同好会・団体・サークルごとに大掃除をしていただきました。
おかげさまで大変きれいになりました。ありがとうございました。
今後もきれいな公民館を維持するため、ご協力をお願いいたします。

忘れ物のお知らせ

12/8(日)の餅つき大会で忘れ物がありました。
お心当たりの方は公民館まで。

※1月末で処分させていただきます。



カーキ色エプロン
子供用スニーカー

1月の行事予定

1	水	【元旦】
2	木	年始休業日
3	金	年始休業日
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	新年の集い10:00 新年書初め教室13:30
8	水	
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	【成人の日】
14	火	
15	水	
16	木	健康ウォーキング9:30
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	下校時防犯パトロール14:30
21	火	
22	水	
23	木	健康相談9:30
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	
29	水	
30	木	総務部会19:00
31	金	

2月の行事予定

17日（月） みそづくり教室
20日（木） 健康講座



週末子ども支援事業1月の日程

●とんぼクラブ

1月11日（土）9:30～11:30
 内容：新春・リボンテープ駒作り
 費用：100円
 持ち物：作品を持って帰る袋
 飲み物

●茶道教室

1月11日（土）10:00～12:00
 1月25日（土）10:00～12:00

※いずれの教室も初歩からの指導で、
 気軽に参加することができます。
 皆さんの参加をお待ちしています！

子育てサークル なかよしCLUB

●定例会

【日時】1月 7日（火）
 1月21日（火）
 10:00～11:30

【会場】いずれも福生西公民館

※会場をお間違えにならないようにご注意ください。

メンバーを募集しています！！

なかよしCLUBは、メンバーを募集しています。
 興味のある方は、新開子育て支援センター
 CHUCHUにご連絡ください。
 （TEL 33-4122）

12月21日（土） 米子市公民館ふれあい発表会



福生東地区からは、福生東やって未来や塾の
 皆さんが、舞台発表の部に出演されました。

「音読教室6～声を出して心イキイキ～」

認知症予防として注目されている音読。
 詩や文章を声に出して読むと、心も体も元気になります。

日時：2月20日（木） 午前10時から午前11時30分まで

会場：福生東公民館 2階 集会室

講師：鳥取短期大学非常勤講師 倉光 信一郎 氏

共催：福生東地区社会福祉協議会
 福生東地区保健推進委員会

申込み：福生東公民館（TEL 34-3150）

定員：20名（先着順となります）



11月17日（日） 大風揚げ大会



あいにくの雨模様でしたが、
 大風が舞い上がりました。
 子どもたちの楽しそうな姿
 が見られました。

12月8日（日） 子ども餅つき大会・昔からの遊び

石臼で餅つきをし、丸めた
 お餅をみんなでおいしく食
 べました。
 将棋、おはじき、あやとり
 など昔からの遊びも、子ど
 もたちが元気に楽しみまし
 た。



12月10日（火） 福生ふるさと塾 音楽講座・閉講式



チューバとピアノの素敵な
 演奏を披露していただきま
 した。今年度の皆勤賞、精
 勤賞の表彰も行いました。
 一年間、ご参加いただいた
 皆さま、ありがとうございました。