

宇田川公民館だより

令和6年
6月号

米子市淀江町中西尾 466

TEL:56-2086 FAX:56-2596

E-mail: udagawaco@sea.chukai.ne.jp

NEW

ふるさとウォーク (宇田川体育事業)

日時: 6月15日(土) 10:30~14:00頃(受付 10:15~)

ウォーキングコース: 本宮~宝ヶ瀬~西尾原~中西尾~公民館(約5km)

集合場所: 宇田川公民館

持ち物: 水分補給できる飲料水、帽子、汗拭きタオル

申込み: 6月5日(水)までに各自治会体育部員さんへ

宇田川公民館(中西尾)からどんどろバスに乗り、本宮の泉よりスタートします。途中、4カ所のポイントで体育部員さん達による自治会紹介やゲーム等あり♪自分たちの住む町を改めて知る機会です。ぜひご参加ください! ※詳細は班回覧をご覧ください。



令和6年度

参加下

知の和 地の輪 学び合う 智慧を出し合う

うだがわ塾

③健康講座 『帯状疱疹について』

日時: 6月19日(水) 13:30~14:30

講師: 山根 一和 氏 (マリ医院 院長)



④現地学習

『大根島竜溪洞(熔岩洞窟)と境港漁港見学』

日時: 7月2日(火) 9:00~15:00頃(集合8:55)

日程: 公民館出発~境港漁港見学~大漁市場なかうら~昼食(魚山亭)~竜溪洞~澤井珈琲ラボショップ~公民館着

参加費: 2,500円(バス代・昼食代・入場料) ※申込み時に集金します。

定員: 23名(先着順)

申込み: 6月19日(水)までに申込書と参加費を添えて

公民館(Tel56-2086)へ

※詳細は、全戸配布していますチラシ(申込書)をご覧ください。

※歩きやすい服装でご参加ください。



よどえ町民音楽祭について

第38回よどえ町民音楽祭は、

日程: 令和7年1月19日(日)

会場: 米子市淀江文化ホール

にて開催いたします。

実行委員長 川口 康文

コスモス街道づくり(緑の募金)種まき

ご協力いただいています自治会の皆様は、配布しましたコスモスの種を、6月中旬頃を目安に種まきを行っていただきますよう、よろしくお願いします。

宇田川地区環境をよくする会

宇田川いきいきサロン

日時: 6月10日(月) 9:30~

場所: 宇田川公民館

内容: 昔懐かしい話をしましょう♪

加工室清掃のお願い(味噌づくり団体)

日時: 6月17日(月)~6月28日(金)

9時~15時の間の約1時間程度

場所: 宇田川公民館 加工室

※案内ハガキを送付しています。日にちが決まりましたら、公民館(56-2086)へご連絡ください。

《御礼》

【生花】 田中 都子 様(福 平)

【鉢植え】 田中 康介 様(中西尾)

【宇田川地区社会福祉協議会より】

(~5月20日付)

《香典返し》

・山根 美津子 様(西尾原)

御叔母 昌子 様

善意のご寄付ありがとうございました。

《6月の行事予定》 日程は変更になることがあります

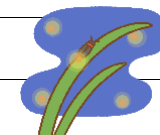
日	曜日	行事等	サークル・教室
1	土		
2	日	淀江町民野球大会(8:30~)	
3	月		
4	火		リスネット・油絵
5	水		太極拳・なでしこ
6	木		ヨーガ
7	金		
8	土		
9	日		
10	月	宇田川いきいきサロン(9:30~)	
11	火		郷土芸能
12	水		太極拳・なでしこ
13	木		ヨーガ・あけびの会
14	金	つつじ号(13:30~14:10)	三味線
15	土	ふるさとウォーク(10:30~)	
16	日		水彩画
17	月		
18	火		油絵
19	水	うだがわ塾(13:30~)	太極拳・なでしこ
20	木	なんでも健康相談(13:30~) リモート運動(14:00~15:30)	ヨーガ
21	金		三味線
22	土		つくしんぼう
23	日		
24	月		
25	火	配布物	郷土芸能
26	水		太極拳・なでしこ
27	木		ヨーガ
28	金	つつじ号(13:30~14:10)	
29	土		
30	日		

《6月の移動図書館 つつじ号》

日時: 14日(金)・28日(金)

13:30~14:10

会場: 宇田川公民館前庭



裏面へ続く↓

環境整備ありがとうございました！

4月28日(日)早朝より、宇田川グランド及び公民館周辺の除草作業を行いました。おかげ様で、さっぱりと綺麗になりました。各自治会の皆様ありがとうございました！



虫とりチャレンジ！第2回開催

5月6日(月・祝)第2回「まっ白なアゲハチョウを探そう」では、大山町に採集に出かけました。強風のため、あまり蝶は飛んでいませんでしたが、発見すると子どもも大人も、一生懸命駆け回って虫採り網を振っていました。捕まえた蝶は、館長さんにやり方を教えてもらいながら公民館で展翅(てんし)をしました。



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： 7月5日(金) 午前10時～午後1時

ところ： 宇田川公民館

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： 6月28日(金)までに

宇田川公民館(電話56-2086)へお申込みください。

宇田川地区食生活改善推進委員会・宇田川地区保健推進委員会・米子市健康対策課



白鳳の里淀江ゆめ温泉会場からの配信！！

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 令和6年6月20日(木)

14時～15時30分

■会場 宇田川公民館

■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

■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ません。



保健師の出張！なんでも健康相談 & 淀江地域包括支援センター出張相談

毎月1回、宇田川公民館で開催しています。赤ちゃんから大人の方まで、心配事やお困り事がない方も！どうぞ気軽にお出かけください。

日にち： 6月20日(木)

時 間： 13:30～15:30

場 所： 宇田川公民館

【内容】

- ・血圧測定、体脂肪測定、握力測定
 - ・「フレイル」チェック(元気度チェック)、物忘れチェック
 - ・その他、健康のことで聞いてみたいこと など
- * 健診結果や血液検査の結果等がありましたら、ご持参ください。
米子市健康対策課 23-5454



よどえ子育てサークル ひよっこくらぶ

日 時： 6月6日(木) ヨガ

7月4日(木) おはなし

両日10:00～11:30

会 場： 淀江公民館

淀江地区民生児童委員・淀江地区主任児童委員

お問合せ： 淀江公民館(電話：56-3222)

参加無料
申込不要です！



第51回淀江町盆踊り花火大会

淀江町夏の風物詩、盆踊り花火大会を8月15日(木)に開催いたします。

昨年は、皆様のご協力を賜り3年越しの第50回記念大会を開催することができました。心からお礼を申し上げます。

今年も気持ちを新たに、盆踊り花火大会を地域の伝統行事として継承していくために、実行委員会も活動をスタートいたします。今後とも皆様のご理解と協力をよろしくお願い申し上げます。

今年の夏も皆様お誘いあわせて、淀江海岸へお出掛けください。

淀江町盆踊り花火大会実行委員会

実行委員長 須山 裕文

■スタッフTシャツデザイン

応募期間：

6月1日～6月30日

応募用紙を全戸配布いたします。

詳しくはチラシをご覧ください。

■大会スタッフ(実行委員)

大会と一緒に盛り上げて

くださる仲間を募集します。

淀江公民館(☎56-3222)へ

ご連絡ください。

募集中

淀江公民館囲碁同好会より

令和6年春季囲碁大会結果は下記の通りです。(敬称略)



優勝

岩城 宏

準優勝

中村 孝二

三位

吉田 敏

おめでとうございます！

令和6年度 第1回認知症サポーター養成講座

認知症に関する基本的な知識と、認知症の方への支援に関すること等を学ぶための講座を開催します。「認知症サポーター」は、なにか特別なことをする人ではありません。誰もが暮らしやすい地域の実現のために、認知症について正しく理解し、温かく見守ることから始めてみませんか。

受講者には、認知症サポーターの証である「オレンジリング」をお渡しします！

対象 認知症について学びたい方(先着40名)

日時 令和6年7月23日(火曜日) 13時30分から15時

場所 米子市立図書館2階 研修室2, 3

費用 無料

※受講を希望される方は電子申請システム又は電話連絡にて事前申込をしてください。(申込期間：令和6年6月20日から7月22日)

【申込み及び問合せ先】

米子市長寿社会課 電話23-5155

FAX23-5012

電子申請システム2次元コード→

