

宇田川公民館だよ

令和7
3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

『宇田川公民館でピール作り』

日時：3月14日(金)9:00～

場所：宇田川公民館

内容：柑橘類の皮を煮て砂糖漬けにしたものを作ります。

柑橘特有の香りとほろ苦さが楽しめるお菓子です♪

講師：森田 京子氏、田中 都子氏、田中 豊子氏

参加費：実費

定員：先着5名

※調理ができる服装でご参加ください。



令和7年度 宇田川公民館 利用説明会及び 教室・同好会募集要項・名簿について

●公民館利用説明会

3月7日(金) 9時30分～ 30分程度

●教室・同好会 募集要項

提出締切：3月7日(金)

※チラシを作成しますので期限厳守です。

●教室・同好会 名簿

提出締切：4月25日(金)

※公民館活動以外に使用いたしません。

宇田川いきいきサロン



日時：3月18日(火)9:30～11:00

場所：宇田川公民館

内容：介護予防と音楽療法

犬の登録・狂犬病注射



日時：4月14日(月) 10:40～11:10

場所：淀江体育館

場所にご注意ください！
公民館では実施しません。

生後91日以上の子犬を飼っている方は、登録と年1回の予防注射をすることが法律により義務付けられています。

《御礼》

【生花】 山根 淳子 様(富 繁)

森田 幸子 様(中西尾)

【除雪】 森田 博文 様(中西尾)

ありがとうございました！

【宇田川地区社会福祉協議会より】

(～2月20日付)

《香典返し》

・下島 清之 様(稲 吉)

ご尊父 彬義 様

善意のご寄付ありがとうございました。



《3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		
3	月		
4	火		リスネット・油絵
5	水		太極拳・なでしこ
6	木	大人版原木しいたけ講座(9:00～) 燻製講座(9:00～)	ヨーガ
7	金	公民館利用説明会(9:30～)	
8	土		
9	日		
10	月	フレイル予防運動教室(13:30～15:00)	
11	火		郷土芸能
12	水	宇田川地区青少年協議会(19:00～)	太極拳・なでしこ
13	木		あけびの会・ヨーガ
14	金	宇田川でピール作り(9:00～) つつじ号(13:30～14:10)	三味線
15	土		
16	日		水彩画
17	月		
18	火	宇田川いきいきサロン(9:30～)	油絵
19	水		太極拳・なでしこ
20	木	春分の日	ヨーガ
21	金	自治会長会(19:00～)・配布物	三味線
22	土		つくしんぼう
23	日		
24	月		
25	火		
26	水		郷土芸能
27	木		太極拳・なでしこ
28	金	つつじ号(13:30～14:10)	ヨーガ
29	土		
30	日		
31	月		

3月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↓

令和7年度

開講

します

知の和 地の輪 学び合う 智慧を出し合う

うだかわ塾

①開講式・健康講座 『感染症について』

日時：4月16日(水) 13:30～14:30

講師：山根 一和 氏(マリ医院 院長)

昨年度、多くの方にご参加いただきました院長先生のお話です！



～ うだかわ塾について ～

令和7年度うだかわ塾の年間予定表を、次号「公民館だより4月号」と合わせて配布します。年間を通じて講座を受講された方には、閉講式の際に表彰を予定しております。ぜひお出かけください！

どなたでも1回だけでも参加できます！皆さんぜひお出かけ下さい！

宇田川っ子沖縄交流研修

2月7日(金)～10日(月) 沖縄県読谷村楚辺地区子ども会と
 節目となる第30回交流研修会が開催されました。スキー交流
 や芸能交流会、民泊など楽しい時間を共に過ごし、お互いの文
 化を知るきっかけとなりました。ご支援・ご協力いただきました
 皆様、誠にありがとうございました。



親子体験学習

「原木しいたけを栽培してみよう」

2月11日(火)原木しいたけの植菌を行いました。原木にドリルで穴をあけてから、子ども達が一生懸命に菌を打ち込んでいました。作業のあとは、地域の方からいただいた原木しいたけを網で焼き、その美味しさを一足先に味わいました！収穫が楽しみですね♪



宇田川公民館で豆腐作り

2月4日(火)地域ボランティア
 講師指導のもと、豆腐作りを開催
 しました。毎回大人気の講座で、今
 回もすぐに定員となりました。豆
 すり機や蒸気釜の使い方を学びな
 がら、美味しい豆腐が出来上がり
 ました！



フレイル予防運動教室☆フレイルをスマイルに！

理学療法士による『フレイル予防運動教室』を開催します。
 からだの症状にあわせた、ご自宅でも続けられる運動をご紹介します。

■講 師 米子東病院 理学療法士
 ■日 時 令和7年3月10日(月)
 午後1時30分～3時00分
 ■会 場 宇田川公民館
 ■持ち物 上履き、水分補給用の飲み物、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

申し込み不要

来てね！

～食生活改善推進員になりませんか～

『食生活改善推進員養成講座』受講生を募集します
 食を通した健康づくりのボランティアとして、地域で活動する食
 生活改善推進員の養成講座を開講します。まずは、食に関するさま
 ざまな知識を楽しく学んでみませんか。

【対象】 淀江町内在住の方で、講座修了後推進員として活動できる方
 (年齢、性別は問いません)
 【募集人数】 2名(先着順)
 【日時】 5/16、6/20、7/23、9/2、10/7、11/14
 午前9時40分から午後1時30分
 (5/16のみ午前9時30分～正午)
 【内容】 ・テーマにそった調理実習(減塩など)
 ・講義(健康づくり、食育、生活習慣病予防など)
 【費用】 実習材料費(1回あたり300円程度)
 【場所】 ふれあいの里
 【申し込み・問い合わせ先】 米子市健康対策課(Tel23-5452)
 【申し込み締切】 令和7年3月28日(金)



よどえ子育て ひよっこくらぶ

日 時: 3月6日(木) 手形スタンプづくり、お話
 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！



自治会推薦役員の主な役割をご紹介します

団体名		主な役割と事業
公民館	文化部員	文化祭の運営 公民館報発行(年2回)、よどえ町民音楽祭の協力
	体育部員	運動会の運営・ふるさとウォークの企画及び運営
人権・同和教育推進協議会	推進員	人権教育地域懇談会(小地域懇談会)参加及び開催協力 人権だより発行、うだかわ塾人権講座への参加
社会福祉協議会	在宅福祉員	80歳以上独居高齢者及び高齢者世帯の見守り援助活動(月1回程度)、友愛訪問 いきいきサロン・敬老事業の協力 ◆自治会長推薦により米子市社会福祉協議会より委嘱
保健推進員会	推進員	肺がん検診の受診勧奨と協力 おいしく食べて健康づくり教室・文化祭健康相談の協力、うだかわ塾健康講座の参加及び協力 ◆自治会長推薦により米子市から委嘱
交通安全協会 淀江支部	代議員	春・秋の交通安全運動 夏・年末の交通安全街頭広報等 交通安全啓発活動 他 ◇主管:鳥取県交通安全協会
えがおの会	代議員	登下校の見守り ◇主管:米子市交通安全協会えがおの会
宇田川地区青少年育成会	推進委員	青少年健全育成のための推進事業 沖縄交流会への協力 運動会・文化祭への協力