

明るいまち・元気なまち・みんなのまち啓成

けいじょうかわあけ

令和7年2月号

啓成公民館

鳥取県米子市博労町4丁目364

TEL 33-9075

Fax 33-9083

E-mail

keijyoh@chukai.ne.jp



2025 年

2/19 (水)

春の健康フェスティバル

とき 午前 10:00～午後 3:00

ところ 啓成公民館

【主催】啓成地区食生活改善推進委員会・啓成地区保健推進委員会・米子市健康対策課



1.「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: 2月19日(水)

午前10時～午後1時00分

ところ: 啓成公民館

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・手拭きタオル

申込み: 2月10日(月)までに

啓成公民館(電話 33-9075)へお申込みください。



2. 講演会「オーラルフレイルについて」

とき: 2月19日(水)

午後1時30分～午後3時00分

(受付:午後1時～)

ところ: 啓成公民館

内容: フレイルのきっかけが口から始まる事を知る。セルフチェックのポイントを知る。誤嚥性肺炎や歯周病予防、予防トレーニング等。

講師: 鳥取県歯科医師会地域歯科医療連携室

歯科衛生士 織奥 奈々氏

申込み: 不要



※ 午後1時30分～午後3時00分まで、保健師のなんでも健康相談も同時開催しています。ぜひお立ち寄りください♪

【よもやま話】
明けましておめでとうございます。本年も、どうぞよろしくお願いいたします。
年明け間もなく、公民館では次年度の『かくゆづる』(公民館大学)4月から12月期に9回の講座の、新講座について会が持たれました。毎年この時期に皆勤・精勤の方々から7人前後の皆様より、アンケートなどをもとに新年度の講座の候補案を挙げていただきます。(どんな講座になっていくのか、ホント楽しみなのです。)
その話し合いの中で、私にとってナルホドと思うことがありました。それは、「サロン」(自治会の福祉活動の一環に係る発言です。その時は健康講座の話題だったのですが、ある自治会サロンでは、健康体操をしたり、ゲストの方に健康の話をしていただいたりしているとのこと。)。そういえば私の自治会でも健康のゲスト話があったなあ。年末のサロンでは、消火器の実地練習も。これって、自治会版の『かくゆづる』じゃないのかなあ。..
サロン活動維持の大変さを公民館でも耳にしますが、ひよことして発想を交えれば良いのかも。..
1年間に6回余りの活動を楽しみ講座歴史・教養・音楽などで計画出来ること、お世話役の皆さんがまずは楽しめるかな。..
参加者も、老若男女、興味がある方はどこまでも。..
「今頃、気が付いたの」という声が聞こえてきそうな気がします。..
サロン活動のことについてと頭を浮かべ、私には何だかぱっと目の前が明るくなるような時間となりました。

啓成小学校 あいさつ運動

12月20日(金)、啓成小学校昇降口にて、東山中学生も参加したあいさつ運動に、啓成公民館関係団体の皆さんが参加されました。

たくさんのあいさつが飛び交った、元気なあいさつ運動になりました。



おはようございます!!



わくわくチャレンジ教室『書き初め』をしよう！ 開催しました♪

1月6日(月)、講師に藤居 朱美 氏をお迎えし、「わくわくチャレンジ教室『書き初め』をしよう！」を開催しました。

藤居先生が、参加した児童の皆さん1人ずつに名前まで書かれた手本を準備してくださり、参加者全員が手本を見ながら真剣に取り組まれました。

参加していただいた啓成小学校の皆様、ボランティアの皆様、ありがとうございました。



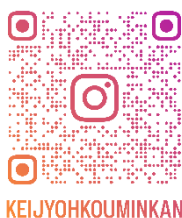
Follow me!

Instagram (インスタグラム) 始めています！

啓成公民館の活動を、HP・けいじょうかわら版だけではなく、インスタグラムでも広報しています！最新の情報をお届けしているので、ぜひ皆さま Follow me !

こちらの QR をお読み取り下さい

・インスタグラムってなんぞや
・どうやって見たらいいんだ…
そういった疑問のある方は職員までお気軽にお声かけ下さい♪



KEIJOYHKOUMINKAN

『米子がいな太鼓啓成子供連』さん ふれあい発表会にご出演いただきました

12月21日(土)、米子市文化ホールで「米子市公民館ふれあい発表会」が開催されました。啓成公民館からは『米子がいな太鼓啓成子供連』さんに、ご出演いただきました！

元気いっぱい、音で紡ぐ絆を感じました。ありがとうございました！

『米子がいな太鼓啓成子供連』さんは、毎週水曜日に啓成公民館で練習されています。新メンバーも募集中とのことなので、いつでもお問い合わせください♪



募集中

食生活改善推進員養成講座

食生活改善推進員とは、食生活に関する正しい知識を学び、自分や家族、地域のみなさんの健康づくりのために地域で活動するボランティア団体員のことです。

現在、令和7年度食生活改善推進員養成講座の受講者を募集しています。活動に興味のある方、養成講座を受講してみませんか？(現在、約15名の方々が所属)

一日 程

- ① 5月16日(金) 9:30~12:00
- ② 6月20日(金) 9:40~13:30
- ③ 7月23日(水) 9:40~13:30
- ④ 9月 2日(火) 9:40~13:30
- ⑤ 10月 7日(火) 9:40~13:30
- ⑥ 11月14日(金) 9:40~13:30



※ 日程等につきましては変更する場合があります。ご了承くださいませよう願ひいたします。

ところ：米子市福祉保健総合センター(ふれあいの里)

定 員：1~2名

材料費：300円程度/回

持ち物：エプロン・三角巾・筆記用具・手拭きタオル

申込み：3月28日(金)までに啓成公民館

(電話 33-9075)へお申込みください

職員不在のお知らせ

※ 2月28日(金)午後～

米子市公民館連合会研究集会出席のため、事務室が不在となります。

2月28日(金)午後・3月1日(土)・2日(日)に部屋の使用をされる団体の皆さまは、お早めに鍵の借用をお願いします。

2 月 行 事 予 定 表

1	土	
2	日	
3	月	ふらっと体操(リモート) 10:30～
4	火	
5	水	
6	木	
7	金	ふらっと体操(リモート) 10:30～
8	土	
9	日	
10	月	ふらっと体操(リモート) 10:30～
11	火	建国記念の日
12	水	
13	木	
14	金	ふらっと体操(リモート) 10:30～
15	土	
16	日	
17	月	ふらっと体操(リモート) 10:30～
18	火	
19	水	春の健康フェスティバル 保健師の出張！なんでも健康相談 さくらんぼサークル 10:00～
20	木	
21	金	ふらっと体操(リモート) 10:30～
22	土	
23	日	天皇誕生日
24	月	振替休日
25	火	
26	水	
27	木	自治会配布物
28	金	ふらっと体操(リモート) 10:30～



東保育園

2月 5日(水)10時

啓成公民館

2月19日(水)10時

◎英語リトミック

参加費：100円

※ 感染症対策により、急遽中止になる場合がございます。ご了承ください。

【対象者】未就園児と保護者の方

【参加希望・お問合せ先】

子育て広場支援センター(☎22-4170)



連絡会のお知らせ

公民館利用団体(教室同好会)

と き： 3月4日(火)午前10時～

ところ： 啓成公民館 2F 集会室

年に1度、公民館利用についての確認、年間スケジュールの調整等を行います。各団体、必ずお1人
はご出席ください。

保健師の出張！
なんでも健康相談

日時： 2月 19日(水)

午後1時30分～3時00分

場所： 啓成公民館

月1回、公民館で開催しています。

- ・ 赤ちゃんから大人の方まで、どなたでも！
 - ・ 赤ちゃんの体重測定
 - ・ 健康のことで聞いてみたい、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。
*この日以外でも健康対策課でご相談いただけます。



春の健康フェスティバルの日に伺います！
ぜひお立ち寄りください(^▽^)/



交通指導員募集



現在、啓成地区では交通指導員に欠員が出ております。子どもたちが安全に通学できるよう交通指導・見守りをしてくださる方を募集しております。「明るいまち・元気なまち・みんなのまち啓成」のスローガンのもと安心・安全なまちづくりを地域全体で目指しましょう。

詳しくは、啓成公民館(Tel 33-9075)までご連絡ください。



応募をお待ちしております★

『私のグルメ』(自治会リレー記事)

勝田町西区自治会 宮前 勝則

今回、「私のグルメ」と題してお勧めのグルメを紹介することになりました。私は食べるのが大好きですが、皆さんにご紹介する程の食通ではありません。そこで今回は、私が時々出掛けて食する楽しいお昼ご飯を紹介させていただきます。

米子市の南インターから30分ほど東に向かった所に「琴の浦」という道の駅があります。私はこの道の駅の中にある定食が大好きです。

「まかない丼」「なごみ丼」「極み丼」「サーモンネギトロ丼」「海老ックリ天丼」「天丼」等、新鮮な海の幸がふんだんに盛り付けられた丼ものは最高に美味しいです。海の幸がお好きな方は一度出掛けてみてはいかがでしょうか。

3学期がスタートしました！

始業式に校長先生からは、「時間を大切に毎日日を過ごそう。指示を待つのではなく自分から進んで動く、目指す自分に向かって日々向上しよう。」という話がありました。また、各学年代表児童からは、「分からないことをそのままにしない。」「学級目標の人を大切にするということ意識して生活する。」「先生の話をよく聞いて勉強をがんばる。」「次の学年につながる3学期にする。」など、がんばりたいことの発表がありました。

次の学年へ向けてのまとめをする大事な3学期です。一日一日を大切にがんばっていききたいと思います。

啓成小学校協力隊を募集します！

令和5年度から本格的にコミュニティ・スクールとして様々な取り組みを行い、多くの地域の皆様から学校運営に力を貸していただいておりますが、この度、取り組みの充実を考え「啓成小学校協力隊」を募ることを考えました。

各ご家庭に手紙を配布させていただきますので、ぜひとも、協力隊への登録をよろしくお願いいたします。



今年もよろしくお願いします。

令和7年になりました。

冬休みが終わり、3年生は目標とする進路に向けてラストスパートに入っています。また、2年生・1年生も気持ちを新たに一年のスタートを切りました。また、新入生を迎える準備も進めており、2月19日(水)には新入生説明会を行う予定です。

令和7年も東山中学校の教育活動に対しまして、地域の皆様方のご支援・ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

受験シーズン到来

1月に入り、いよいよ高校入学試験が本格的に始まりました。私立高校の入試が始まっており、引き続き米子高専、県立高校の特色入試がおこなわれ、3月5日(水)・6日(木)の県立高校一般入試と続きます。東山中の3年生も一生懸命に学習に取り組んでいます。全員が力を発揮して、自分の希望する進路を実現できるよう期待しています。なお、第46回東山中学校卒業式は3月11日(火)に行います。



私の若かりし時代の娯楽と言えば、パチンコ、映画、ビリヤード、朝日町だった。これらは全て啓成地区で賄えた。

パチンコ店については、私の記憶によると地区の周辺には8店舗あった。グラウンド、毎日会館、モナミのほか啓成地区には玉安会館、東大門、すずや、ナショナル会館、日栄会館の5店舗があった。

遊興には事欠かず、会社帰りにはパチンコ店に直行し、「チンジャラン」で散財させてもらったものだ。特に印象深かった機種は「およげたいやくくん」だった。

また、近隣には朝日町のネオン街が立地し、日付が変わるまで、食とお酒の洗礼を浴び、翌日の仕事に影響がおよんだものであった。

学生時代の啓成地区の映画館と言えば、「リッツリン映劇・朝日座・米子松竹・米子ピカデリー」があった。リッツ

若かりし時代の娯楽場

博労町三丁目1区 濱田 宏

啓成・思い出話 (23)

リンでは洋画もの、米子松竹では「男はつらいよ」、米子ピカデリーではあまり映画の題名は覚えていないが、何度となく観賞した。朝日座については忘れもしない出来事があった。それは昭和51年9月6日に朝日座が火災で灰になったことだ。(岩城滉一主演の「爆発暴走族シリィズ」を、学校をサボりよく見に通っていた。)

最後に啓成地区には多数の喫茶店もあり、溜まり場として使わせてもらった。今から思えば、素晴らしき仲間たちと、よく青春を楽しませてもらったものだ。

「追伸」ビリヤードは角盤町にあったと記憶しているが、場所は鮮明に覚えていない。地区の皆さんで場所を記憶しておられる方は、濱田までご一報ください。

