

いわおニュース

令和6年
7月号

米子市巖公民館
TEL 27-0910
FAX 27-1978
E-mail: iwaoco@chukai.ne.jp



の行事



いわお塾

第3回 健康講座

講演「年齢で変わる耳の聞こえについて」
～歳を取って聞こえなくなることと認知症～

日時： 7月18日(木)
13:30~15:00

場所： 巖公民館（集会室）
講師： 阿部クリニック
院長 阿部 博章 氏



意外と耳の聞こえについてのお悩みは多いのではないのでしょうか？
教養部でも参加希望者NO. 1でした。



いわお塾

第4回 家庭教育講座

講演「ひきこもりの理解とかかわりについて」

日時： 7月30日(火)
13:30~15:00

場所： 巖公民館（集会室）
講師： NPO法人鳥取青少年ピアサポート
とっとりひきこもり生活支援センター
所長 山本 恵子 氏



ひきこもりとはどんな状態なのか？
実態を知り、求められる支援について考えます。

開催予告



いわお地区納涼大会

8月15日(木) 午後6時~9時

ゲストは『おかある 星のらび』さんに来ていただきます！
改めて、詳しい内容は次回いわおニュース・納涼大会チラシに掲載します。

7月のだんごサークル

2日(火) おはなし会(紙芝居)
16日(火) ちょっとだけ水あそび

時間： 10:00~
場所： 巖公民館

8月の主な予定

15日(木) いわお地区納涼大会
23日(金) リモート運動体験
30日(金) 学習講座 現地学習
『フレイル予防実践体験ツアー』

1	月		ジルバの会
2	火		だんごサークル・ヨーガ・囲碁
3	水	文化部会	リラックスヨーガ・エアロビクス ヤンアート
4	木		詩吟・手芸クラブ・フラダンス
5	金		空手
6	土		
7	日	ソフトバレーボール ソフトボール大会	ヨーガ・パンフラワー・スマホ教室
8	月		ジルバの会
9	火	小地域懇談会打合せ会	囲碁・なごみコーラス・ヨーガ
10	水		リラックスヨーガ・エアロビクス しあわせサロン
11	木		フラダンス
12	金	在宅福祉員研修	空手
13	土		だんごサークル・笑いヨガ
14	日		ヨーガ・書道
15	月	(海の日)	ジルバの会
16	火		だんごサークル・ヨーガ・囲碁
17	水	健康相談	リラックスヨーガ・エアロビクス ヤンアート
18	木	第3回いわお塾	詩吟・なでしこ手芸 フラダンス・手芸クラブ
19	金	骨量測定・健康講座	空手
20	土		
21	日		ヨーガ
22	月		ジルバの会
23	火		囲碁・ヨーガ・なごみコーラス
24	水		リラックスヨーガ・エアロビクス しあわせサロン
25	木		フラダンス
26	金	自治会長会	空手
27	土		
28	日		ヨーガ・スマホ教室
29	月		ジルバの会
30	火	第4回いわお塾	囲碁・ヨーガ
31	水		リラックスヨーガ・エアロビクス

地区球技大会（ペタンク&グラウンドゴルフ） 結果発表！！

5月19日（日）箕蚊屋小学校グラウンドにて地区球技大会が開催されました。グラウンドコンディション不良やコロナ禍の影響により、5年ぶりの開催となりました。参加された選手の皆さん、応援に来られた皆さん、お疲れ様でした。そして、朝早くから準備をしていただいた体育部員さんと同好会の皆さん、ご協力ありがとうございました。

グラウンドゴルフ



吉岡自治会

1 吉岡 Aチーム

2 西蚊屋 Aチーム

3 箕 Aチーム



ペタンク

1 サンライズ蚊屋 Bチーム

2 二本木 Aチーム

3 箕 Aチーム

ペタンク



サンライズ蚊屋自治



開会式



グラウンドゴルフ

二本木自治会からのお知らせ

二本木地区健康教室 ～まちの保健室～



於 二本木公民館

二本木自治会では6月6日（木）午後2時から3時半まで、鳥取大学医学部の学生による地区健康教室「まちの保健室」を開催しました。自治会から20名参加。みんなでフレイル予防の体操を行った後、それぞれが血圧、骨密度、筋肉量を測定してもらいましたが、骨年齢が実年齢よりも若い人、高い人などいろいろあり、自分の健康状態を知る良い機会となりました。

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

保健師の出張！なんでも健康相談

保健師の
山本です☆

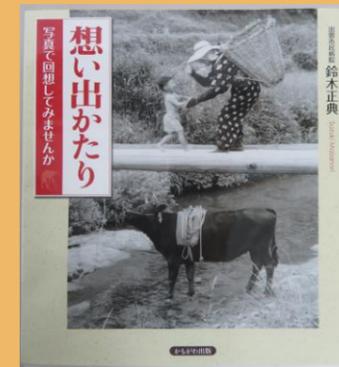
■ 巖地区担当保健師の山本です。
■ 生活習慣、健康のこと、日ごろの心配事など、どなたでもどうぞ。
■ 予約不要で、毎月1回実施しています。

日時：令和6年7月17日（水） 9:30~11:30

場所：巖公民館1階 和室

内容：血圧測定、体脂肪測定、握力測定、フレイルチェック
赤ちゃんの体重測定など

問合せ：米子市健康対策課 ☎23-5454



5月16日に『いわお塾』で講演していただいた鈴木正典さんが出版された

『想いでかたり』

を公民館で購入いたしましたので、ご興味のある方は、公民館玄関ロビーに置いてありますので図書貸出簿に記入の上、事務室までお声かけください。昔を思い出させる懐かし写真がいっぱいです。

公民館のスリッパが

新しくなりました

滑り止めのついたスリッパに変更しました。階段の昇り降りや歩いている時など脱げづらくなりました。公民館に来られた際には、ご利用ください。



電子申請システムQRコード