

新生児ご誕生 おめでとうございます

2区 矢倉正樹様 せと様のお子様
しま 詩万ちゃん（令和6年4月23日）生

自治会加入者対象に、
崎津自治連合会と崎津地区社会福祉協議会
と合わせて10,000円のお祝い金をお渡し
しています。該当されます方は崎津公民館
までお申し出ください。

保健師だより



こんにちは。保健師の吉川です。

今回は「公民館でフレイル予防！リモート運動体験」

のおしらせです。リモート運動体験は、運動習慣のきっかけ
づくりを目的とした教室で、昨年度から始まりました。

ふらっと運動体験（運動教室）を市内に3か所あるフレイ
ル対策拠点と公民館をつないでリアルタイムで中継放送しま
す。概ね60歳以上の方で、医師から運動制限を受けていな
い方が対象です。まだご参加されたことがない方は、ぜひ気
軽に足を運んでみてください。

次回：6月24日（月）午前10:30～12:00



保健推進員よりお知らせ

健やか体操のご案内



日時 6月14日（金）午前10時～11時

場所 崎津公民館 2階集会室

持ち物 飲み物・上靴・タオル

今回は、養和会 チャックスの理学療法士 石丸さんと
一緒に昨年も好評だった『ボッチャ』をしますよ！

年齢、性別を問いません。どなたでも気軽にご参加くだ
さい！！

健やか体操で健康な体づくりを始めませんか？楽しい仲
間と一緒に気持ちよく心身のバランスを整えましょう！！

今回は、7月12日（金）を予定しています。

*先月のご案内で今回は、6月7日と記載しましたが、
正しくは6月14日です。お詫びして訂正いたします。

令和6年度 第1回認知症サポーター養成講座のご案内

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 認知症え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：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 FAX 23-5012

電子申請システム2次元コード→



令和6年の

公民館の主な行事

8月16日（金）

盆踊り大会

10月26日（土）

公民館祭前夜祭

10月27日（日）

公民館祭

11月17日（日）

球技大会

バトミントン大会

予定は変更になる場合があります。
ご了承ください。

ほっとひといき ㊦ 「ちくちく言葉とふわふわ言葉」

崎津地区人権・同和教育推進協議会 会長 徳永哲郎（7区）

「読んで」と孫が持ってくる絵本で悩んでいます。『けなし言葉・おだて言葉』という見
開きページに、一人の女の子に対する子どもたちの多様な言葉が並んでいるのですが、
次の『けなし言葉』を、子や孫を膝に抱いているつもりで声に出して読んでみて下さい。

「かっこわるーい」「いなかくさーい」「げひん」「いやらしいよ」「ばかみたい」「わらっち
やうよ」「へん」「なにかんがえてるのかしら」…とても読んでやる気にはなれません。

一方『おだて言葉』は「かっこいいー」「すてき」「かわいいね」「しゃれてるわ」「うっと
りするぜ」「きれい」「いいね」「おひめさまみたい」わざとらしくならないように気を付
けて使えば、前向きな気持ちになる『ほめ言葉』です。

小学校低学年ではそれぞれを『ちくちく言葉・ふわふわ言葉』
と呼び、『ふわふわ』を使うよう指導します。でも『ふわふわ』がよ
いという知識はあっても『ちくちく』を使ういじめや差別は無く
なりません。大人も子どもも『ちくちく』を使ってしまう自分の弱
さを深く見つめ、正しく行動するよう心がけたいものですね。



ヒレンジャク(24.5.9 七区)