

令和7年 1月号

かわら版

加茂公民館 電話 29-5313 FAX 29-5368 Eメール kamoco@chukai.ne.jp

かもめ学級⑩音楽講座・閉講式

- 12月11日(水)に閉講式を行い、令和6年度のかもめ学級が全て終了しました。
- 今年度も多くの皆様にご参加・ご協力いただきありがとうございました。
- 閉講式では、皆勤賞10名、精勤賞5名の方々が表彰され記念品を贈呈しました。
- 令和7年度も、充実した講座が提供できるように企画いたしますので、多くの皆様のご参加をお待ちしております。



- 音楽講座では、マジールカ武田氏をお迎えし、楽しいトークに笑いが絶えず、懐かしの昭和メロディーと一緒に歌いました。講座の最後を飾る素敵な時間になりました。

お口と栄養の健康教室！フレイルをスマイルに☆

- 歯科衛生士からお口の健康づくりに関すること、管理栄養士からシニア世代に大切な栄養についてお話しします。みんなでフレイルをスマイルに！

- 日時 令和7年1月30日(木) 午後1時30分～3時
- 会場 加茂公民館
- 対象 どなたでも(予約不要)
- 参加費 無料
- 問合せ 米子市健康対策課 23-5454



明けましておめでとうございます
今年もよろしくお願いいたします



加茂公民館職員一同

加茂地区健康づくり教室

握力測定・敏捷性測定・血圧測定・体脂肪測定・フレイル体操・ええがん体操
普段の運動習慣のきっかけづくりにも！一緒に健康づくりしませんか？

日時 1月20日(月) 9:30～11:30

場所 加茂公民館

内容 博愛病院 押しかけ出前講座 メンタルヘルスについて

申込みは不要です
お気軽にご参加ください

【問合せ先】加茂地区保健推進員会会長
遠藤 直子 (090-5375-6957)

同じ時間に、保健師の出張！なんでも健康相談を行います。

健康に関する疑問や悩みを気軽に相談できます。

赤ちゃんから大人の方までどなたでもお待ちしております。

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。

健康相談日以外でも健康対策課に相談できます。

【問合せ先】米子市健康対策課(☎23-5452) 加茂地区担当保健師 川口



～フレ飯料理教室～

焼き鳥缶で親子丼、わかめスープ、きな粉ヨーグルトを作しましょう！

- 日時 令和7年1月31日(金) 10:00～12:00
- 会場 加茂公民館
- 対象 65歳以上の方 ■定員 20名
- 申込み 加茂公民館へお申し込みください(氏名、年齢、電話番号、住所)
- 参加費 500円(当日お支払いください)
- 持ち物 エプロン、三角巾、ハンドタオル、飲み物
- 締切り 1月24日(金) *定員になり次第締め切ります
- 問合せ 加茂公民館 ☎29-5313
弓浜ホスピタウン ☎48-2331



加茂公民館前の県道(街路両三柳中央線)一部開通

- 12月11日(水)午後3時に、上記の道路が開通しました。この道路の開通により、公民館前の道路の交通量が増えることが予想されます。公民館を利用される際には交通安全に注意してお越しください。

第32回米子市公民館ふれあい発表会

12月21日(土)に米子市文化ホールにて米子市公民館ふれあい発表会が開催されました。加茂公民館からは、加茂エアロビクス教室さんが出演されました。若々しい元気いっぱいのダンスで、観覧者を魅了しました。ありがとうございました。なお舞台発表の様子は中海テレビのパブリックアクセスチャンネル(331ch)にて放送されます。

・放送予定日 令和7年1月20日(月)21日(火) 再放送 2月1日(土)2月2日(日)

公民館大掃除お礼

12月23日(月)に公民館の大掃除を行いました。公民館を利用される教室・同好会の皆様、自治会長様、各利用団体の方々などのご協力で、公民館がたいへんきれいになりました。ありがとうございました。これからも気持ちよく使用していただけるよう、皆様のご協力をお願いいたします。

公民館での住民票などの取次は12月末で終了しました

住民票などの各種証明書の公民館での取次事務は、令和6年12月末を持って終了しました。ご利用いただいたみなさま方にはご不便をおかけしますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

住民票などの各種証明書の取得は…

- コンビニ交付サービス マイナンバーカードを利用して
- 窓口交付 市役所本庁・淀江支所・行政窓口センター
- 郵送請求(市内居住者でも可) 詳しくは市民一課・市民税課にお問合せ下さい。

お問合せ先 米子市役所 市民一課 庶務担当 電話23-5141 FAX 23-5398

◆館内床清掃のお知らせ

2月6日(木)午後より全館の床清掃が入ります。清掃の間は部屋の使用ができませんのでご了承ください。公民館事務室に御用の方は、用事の種類によっては対応できない場合がありますのでなるべく6日(木)の午後を除いてお出かけください。

メンズクラブ(男性の体操教室)

男性の身体にポイントを合わせた運動を行います。是非ご参加ください。申込みは不要です。

日時 1月6日(月) 10:00~12:00

持ち物 タオル・飲み物・上靴

場所 加茂公民館

主催:米子市後藤ヶ丘・加茂地域包括支援センター

加茂子育てサークル

コアラクラブ

活動日:第2・4木曜日

時間:10:15~11:30

場所:加茂公民館

***** 1月の活動予定 *****

※ 9日(木) リトミック

1月 6日(月) 申込締切

※ 23日(木) 親子クッキング

1月20日(月) 申込締切

参加希望の方は、子育て支援センター(☎30-0111)、または加茂公民館までお申込みください。

子育て支援事業

加茂っ子クラブ

1月6日(月)13:30~

『年の始めに「書き初め」しましょう』

※詳細は、小学校から配られるチラシでご案内していますのでご確認ください。



1月の予定

日	曜日	行事
6	月	仕事始め 加茂っ子クラブ メンズクラブ
9	木	コアラクラブ
10	金	新年互礼会
20	月	加茂健康づくり教室 なんでも健康相談
23	木	コアラクラブ 自治会長定例会
30	木	お口と栄養の健康教室
31	金	フレ飯料理講習会

◆年末年始公民館休館日

12月28日(土)~1月5日(日)

部屋を使用される方は、事前に鍵を借りにきていただきますようお願いいたします。



2月の予定

日	曜日	行事
3	月	メンズクラブ
6	木	公民館内床清掃
8	土	加茂っ子クラブ
17	月	加茂健康づくり教室 なんでも健康相談
27	木	自治会長定例会
28	金	市公連研究集会