

2月夜見公民館だより

令和7年2月 E-mail yomico@chukai.ne.jp

発行者 夜見公民館
TEL 29-0738
FAX 29-0754



《2月行事予定》

- 2日(日) ひまわりの会(料理教室&けんこう運動)
- 12日(水) 見守り活動(高齢者)
- 13日(木) 出張!なんでも健康相談
- 15日(土) 自治連役員研修会



【お知らせ】

2月28日(金)は、米子市公民館連合会研究集会のため、午後から事務室は閉室します。公民館をご利用の方は、あらかじめ鍵の借用をお願いします。

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: 3月5日(水) 午前10時~午後1時

ところ: 夜見公民館

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

申込み: 2月26日(水)までに夜見公民館

(電話 29-0738)へお申込みください。

夜見地区食生活改善推進員会・夜見地区保健推進員会
米子市健康対策課



保健師の出張!なんでも健康相談

地区の担当保健師が公民館へ出張して健康相談を実施しています。赤ちゃんから大人の方まで、どなたでも、健康面に関する事なんでも、ご相談ください。赤ちゃんの体重測定もできます。

日時: 令和7年2月13日(木) 10時~11時半

場所: 夜見公民館

※予約不要、無料でご利用いただけます

【お問い合わせ先】米子市 健康対策課 電話: 23-5454



令和7年度 夜見町民大運動会開催のお知らせ

日程 令和7年5月11日(日)

時間 9:00~12:00

場所 夜見町民グラウンド (雨天時:弓ヶ浜小学校 体育館)

プログラムなど、開催の詳細は改めてご案内いたします。

皆様のご参加をお待ちしています。



~食生活改善推進員になりませんか~ 養成講座受講生募集

健康づくりや食生活について学び、講座で得た知識を家庭や地域で活かしてみませんか。自分の健康を見直しながら健康づくりの輪を広げていきましょう!

【対象】 講座終了後に推進員として地域の健康づくりに活動できる方
(男女を問いません)

【日時】 5/16、6/20、7/23、9/2、10/7、11/14
9:40~13:30 (5/16のみ9:30~12:00)

【内容】 調理実習、講義(健康づくり、食品衛生、環境など)

【費用】 実習材料費(1回あたり300円程度)

【持ち物】 エプロン・三角巾(頭をおおえるものならハンカチなどでも可)
筆記用具・手拭きタオル

【場所】 米子市福祉保健総合センター
(ふれあいの里)3階 米子市健康対策課

【申し込み】 夜見公民館(Tel.29-0738)

【申込締切】 令和7年3月28日(金)

食生活改善推進員とは「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食を通して地域の健康づくりを行うボランティア団体です。



交通安全指導員の担い手を 探しています。

通学(園)路で登下校時における児童等の保護・誘導を行うことが主な仕事です。

ご理解いただける方(自薦他薦を問いません)があればお知らせください。

夜見地区自治連合会

連絡先: 29-0738 (夜見公民館)



「子ども見守り隊」 隊員募集中!

夜見町の子どもたちの安全を守るため、小学生が下校する時間帯(午後3時~午後5時くらいの間)に、ご自分の散歩コースの一部に通学路を組み入れていただける方を募集しています。

皆さまのご都合に合わせて散歩をしながら、地域の子どもたちを見守っていただける方は、お知らせください。
夜見公民館(Tel.29-0738)



2月同好会

シャッター(デジカメ)	1日	13:30~
パソコン	10日・11日	13:30~
手編み	お休み	
写光会	8日	10:00~
英会話(初級クラス)	3・10・17	9:45~
英会話(中級クラス)	3・10・17	11:00~
日舞	毎週火曜日	13:30~
詩吟	12日・26日	14:00~
けんこう運動	毎週木曜日	10:00~
絵画	6日・20日	9:30~
ヨガ	毎週金曜日	10:00~
フラワーアレンジメント	7日	13:30~

こんにちは 子育てサークル「ぶちはまっこ」です

今年は阪神淡路大震災が発生してから30年という節目で「忘れないこと」「伝えていくこと」の大切さを色々な立場から放映されていました。冷静さを失ってはいけませんが、西部地震の際、泣き叫ぶ子どもたちを机の下に隠れさせながらも私の心臓は飛び出しそうでした。今何が起きるかわからない世の中、どうか平和な日々が過ごせますように!!と祈らずにはおれません。

サークル会では、いつものようにセンターの先生が、楽しいサーキット遊びを準備してくださり、最後にコマまわしのできるペンダントをもらいました。アンパンマンの登場する「大きなニンジン」バージョンのエプロンシアターも楽しかったです。

2月も合同サークルです。

2月のサークル活動

とき 2月13日(木)

ところ 弓ヶ浜子育て支援センター

じかん 10:00~

主任児童委員
松本 知砂江
足立 美佐子



「子どもは未来である」

～自立を促し共生社会に生きる力を育む～

弓ヶ浜中学校です

2025年2月

今月のトピックス

全ての学年で、心理教室を行いました

今年度は3学期の始めにすべての学年で、心理教室（講義形式の授業）を行いました。3年生と2年生は、令和7年1月9日（木）に、1年生は1月16日（木）に、クラス単位で実施しました。今回は、本校所属のスクールカウンセラーの方に内容を考えていただき、1、2年生はスクールカウンセラーの方が中心となって進行し、3年生は担任の先生が心理教室を行いました。内容は次の通りです。



- 3年生：不安やプレッシャーなどを味方にするコツ 3年生→
- 2年生：やる気の心理学（生理学的心理学から考えてみる）
- 1年生：思春期を生きる（なぜ嵐の時代といわれるか、大人になるとはどういうことなのか）

3年生は心理教室の日が、受験の前日となっていた生徒も多く、入試に対する心構えも学ぶことができたと思います。2年生では、「やる気を出す」には、スモールステップの目標を立てることやとにかく「やり始めることが大事」であることを学んでいます。1年生は、思春期は体や心、社会（環境）のそれぞれが急激に変化する時期であり、不安な気持ちが出たり、イライラしたりすることはこの時期の誰にとっても普通のことであることを学んでいます。それぞれの生徒が、この心理教室で学習したことを生かし、3学期の1日1日を大切に過ごしてほしいと思います。



2年生

1年生

弓ヶ浜中学校 管理棟（1階と2階）トイレが新しくなりました

令和6年8月から始まった弓ヶ浜中学校管理棟のトイレ工事が終わり、12月から新しいトイレが使用できるようになりました。今回の工事では、和式トイレの洋式化や照明のLED化（自動）、男子用小便器と手洗い水道の自動化、そしてバリアフリートイレを新しく設置しました。バリアフリートイレには、オストメイト対応設備や乳児をお連れの方への対応もできる設備があります。約3ヶ月間、生徒たち（特に3年生）は大変不便な状況がありましたが、現在は3年生を中心に安心して使用できています。



バリアフリートイレ ←

弓ヶ浜中学校へご来校の際には、新しくなったトイレを見ていただければと思います。また、何か緊急の状況等でバリアフリートイレを使用したいということがありましたら、教職員にお声かけくだされば、使用することが可能です。

○この項に関して、ご意見、ご質問などがございましたら、28-9314（弓ヶ浜中学校）までお電話ください。Eメールは yumiga-j@g.torikyo.ed.jp へお願いします。

《公民館を利用される皆さんへお願い》

公民館を皆さんに気持ち良く利用していただくため、ご協力をお願いします。

- ❖ 使用後の清掃及び備品類の整理整頓をお願いします。
- ❖ 戸締り、消灯の確認をしてください。
- ❖ 火元の確認と点検（エアコン・ガス元栓）。
（講習室を使用される方は布巾をご持参下さい。）
- ❖ トイレは清潔にご利用ください。
- ❖ 下足入れ、スリッパの整理整頓。
- ❖ ゴミは各自でお持ち帰りください。
- ❖ 使用後に「公民館使用簿」に記入をしてください。
- ❖ 鍵返却は出来るだけ翌日の午前中をお願いします。
*玄関の自動ドアは、夜間並びに土、日、祝は手動となりますので、ご注意ください



《3月の予定》

- 2日（日）ひまわりの会（料理教室&けんこう運動）
- 5日（水）おいしく食べて健康づくり教室
- 12日（水）見守り活動（高齢者）
- 13日（木）出張！なんでも健康相談

1月22日（水）に、『令和7年度のさわやか人生大学企画検討会』を開催しました。健康講座や介護予防、人権講座、家庭教育講座また現地学習への希望など、幅広くご意見をいただきました。ありがとうございました。皆さんの期待にお応えできるよう、令和7年度の人生大学講座も・ワクワク感満載・で計画していきたいと思っております。皆様のご参加をお待ちしています。



子ども見守り隊の活動報告

1月20日（月）に『子ども見守り隊』で小学校の下校時にあわせてパトロールをしました。寒空の中でしたが、隊員のみなさんは【黄色いジャンパー】を着て、子どもたちが安全に帰宅できるよう声かけをしながら夜見町を見回りました。子どもたちからも、「さようなら～」と手を振り返してくれる姿もあり、隊員の皆さんもにこやかに活動されました。



子どもと共に食文化の大切さを学ぶ
料理教室「ひまわりの会」
令和6年度第5回 令和7年3月2日（日）

★AM9:30～10:30
参加の皆さんで
楽しいゲームの先生
★AM10:30～12:30
阿部 麗子先生
指導

参加の方へ
申込先は 弓ヶ浜公民館 0299-29-0738
料理：199円、オープンキッチン、その世若新し
・全費300円
・持参品：子供・大人のエプロン、三角巾、手拭きタオル、子供・大人のエプロン、三角巾、手拭きタオル

主催：子供と共に食文化の大切さを学ぶ料理教室「ひまわりの会」
後援：新市