

# 明道公民館だより

米子市明道公民館

〒683-0067 米子市東町124

TEL 34-3074 FAX 34-3088

E-mail meidoh@chukai.ne.jp



明道公民館ホームページ QRコード

## 6月の行事予定



- 1日(月) 公民館周辺清掃(予備日)
- 9日(火) あすなる学級 教養講座
- 11日(木) 脳活性講座
- 13日(土) 親睦グラウンド・ゴルフ大会 ★予備日:20日(土)
- 17日(水) 友愛訪問
- 18日(木) 出帳なんでも健康相談
- 21日(日) 明道地区バグゴ大会
- 29日(月) スポーツ吹き矢(学習講座)

## スポーツ大会のご案内

### 「明道地区バグゴ大会」

日時:6月21日(日) 午前9時~12時頃

場所:明道小学校体育館

- 1チーム 2名
- 参加希望の方は、各自治会体育部員  
又は、公民館までお申し込みください。

バグゴは、離れて設置したプラスチックボードにめがけてビーンバッグを投げる、的入れゲームです。子どもから高齢者まで、身体が不自由な方も楽しめるバリアフリーなゲームです。



詳しくは  
回覧チラシをご覧ください



どなたでも いつでも  
お気軽にご参加ください

### 教養講座

#### 「暮らしの中の言葉

~その意味を味わう~

日時:6月9日(火)

午後1時30分~3時

講師:元鳥取県教育委員会教育長  
中永 廣樹 氏



急速に進むIT社会の中で、日本語・言葉の持つ意味の深さやおもしろさを古語・万葉集の歌などを手がかりに考えてみましょう。



### 災害・防災講座

#### 「災害にそなえるということ」

日時:7月14日(火)

午後1時30分~3時

講師:鳥取短期大学  
地域コミュニケーション学科  
准教授 板倉 和枝 氏

多発する災害への備えについて、もしものときの備えについて、お話しいたします。

## ~☆~学習講座のご案内~☆~

### 『吹き矢で楽しく脳の活性化!!』

日時:6月29日(月)

午後1時30分~3時30分

場所:明道公民館 第1研修室

講師:西部レクリエーション協会

会長 安田 智 氏

参加費:100円(マウスピース代)

当日集金します

持ち物:上靴

定員:20名(定員になり次第締切ります。)

申込み:明道公民館までお申し込みください。

〆切り:6月22日(月)まで



## 在宅福祉員会からのお知らせ

6月の友愛訪問は6月17日(水)です。  
楽しみにおまちください。



❖---❖ おめでとうございます ---❖---❖

令和7年度表彰者紹介

★令和8年3月31日米子市表彰

≪体育功労者表彰≫

萬 隆志 様(道2)



❖---❖

第5回 親睦グラウンド・ゴルフ大会

日 時:6月13日(土) \*予備日20日(土)

選手集合:午前8時00分

開 会:午前8時30分~午後1時頃終了

場 所:明道小学校グラウンド

持 ち 物:飲み物、タオル

※中止の場合は、午前7時10分頃に防災無線でお知らせします。

主 催:明道地区社会福祉協議会

脳活性講座



認知症予防に役立つ、アタマとカラダとスマホを使った体験型の脳活性講座です!!

■日 時 令和8年6月11日(木)

午前10時30分~12時頃

■会 場 明道公民館

■持ち物 お持ちのスマートフォン

※お持ちでない方もご参加いただけます。

■参加費 無料

■問合せ 米子市フレイル対策推進課 23-5458



保健師の  
出張!なんでも健康相談



月1回開催しています。予約不要

赤ちゃんから大人の方まで、どなたでもお越しください。

日時:令和8年6月18日(木)

午前9時30分~11時30分

場所:明道公民館 図書室

・血圧測定、体脂肪測定、握力測定

・赤ちゃんの体重測定・育児について

・その他、体や心の健康のことで聞いてみたいなど

米子市健康対策課 23-5454

あなたの骨は大丈夫?

骨量測定&健康講座



骨の強さを表す骨量は年齢を重ねると減っていきます。

骨量測定であなたの骨の健康状態を調べてみませんか?

骨粗しょう症予防のための食事や運動についてもお伝えします。

日 程:令和8年7月13日(月)

午前10時00分~11時30分

(受付:午前9時30分から)

場 所:明道公民館

内 容:①健康講座

(骨粗しょう症予防のための運動、食事の話)

②骨量測定

(かかとの骨を超音波で調べる簡単な検査)

講 師:保健師・管理栄養士・リハビリ専門職等

対 象:市内の方ならどなたでも

申込み:6月15日(月)より受付します。

7月3日までに明道公民館(☎34-3088)

に申込みください。(先着20名まで)

参加費:無料

主 催:米子市健康対策課

※片足だけ裸足になっていただくので、脱ぎやすい靴下等でお越しください。

※動きやすい服装と上靴、水分補給ができる準備をしてお越しください。

~☆明道あすなろ学級を開催しました☆~

第1回 開講式・国際理解講座(4/28)

「マレーシアって素敵」~海外協力隊の経験を通じて~奥  
大山インストラクター 光島宏美 氏

今年度のあすなろ学級がスタートしました。

マレーシアでの体験等を映像を見ながらお話しいただき、受講生の方々は興味深く聞いておられました。



第2回 介護予防講座(5/12)

「介護保険制度と在宅医療について」

米子市長寿社会課 係長 矢野麻友 氏

介護保険の制度的なこと、在宅医療について、米子市での取り組みや、動画を用いて詳しく説明いただき、理解を深めることができました。



~☆~体育行事の結果発表~☆~

≪明道ペタンク大会≫



5月24日(日)明道小学校グラウンドにて開催しました。

結果は以下のとおりです。

優 勝 昭和町 Cチーム

準優勝 道笑町 2丁目 Aチーム

選手、役員の方々が

大変おつかれさまでした。

