

くずも公民館だより

9月の行事予定

《令和7年9月》

1	月	
2	火	
3	水	
4	木	ピアノ調律
5	金	体育部会
6	土	
7	日	環境部会 研修会
8	月	
9	火	
10	水	保健師の健康相談
11	木	防災福祉部会
12	金	ふれあい学級 第5回「音楽講座」 地域振興部 正副部長会
13	土	
14	日	
15	月	 敬老の日
16	火	
17	水	
18	木	
19	金	
20	土	
21	日	安否確認訓練・研修会
22	月	リモート運動
23	火	 秋分の日
24	水	自治会長会
25	木	
26	金	
27	土	
28	日	ボッチャ大会
29	月	
30	火	コムコムゆめダン①

10月の予定

5日(日)…一斉清掃
7日(火)…コムコムゆめダン②
8日(水)…ふれあい学級⑥
10日(金)…運動会合同部会
18日(土)…運動会準備
19日(日)…校区民大運動会
22日(水)…在宅福祉員研修会
自治会長会
27日(月)…まちづくり役員会
28日(火)…ふれあい学級⑦



ホームページ
QRコード

車尾公民館

TEL:34-3110 FAX:34-3138

E-mail:kuzumo@chukai.ne.jp

(平日 8:30~17:00)

ふれあい学級・くずも

第5回 音楽講座

「ヴァイオリン&ピアノコンサート」

と き：9月12日(金)13:30~15:00

ところ：車尾公民館

出演者：ヴァイオリン講師

長原 愛美 氏

ピアノ伴奏

石井 まどか 氏

プログラム：アイネ・クライネ・ナハトムジークより第1楽章、
ゴセックのガヴオット、君といつまでも、
赤とんぼ、唱歌メドレー他



クラシックをはじめ、どこかで聴いたことのある、知らなくても面白いなど、誰もが楽しめるプログラムです。

第6回 介護予防講座 共催《地区保健推進員会》

「健康寿命を延ばす」

～継続可能な運動～

と き：10月8日(水)13:30~14:30

ところ：車尾公民館

講師：健康運動指導士

山川 了史 氏

2歳児～108歳の方まで幅広い年齢層を対象にインストラクター歴20年以上の、講師による、健康維持・向上のための、無理せず実行でき、季節に応じた内容の気軽に継続可能な運動を、一緒に学びましょう。



ボッチャ大会

と き：9月28日(日)9:00~

ところ：車尾小学校体育館

持ち物：体育館シューズ、飲み物、タオル

申込み：9月19日(金)までに、各自治会の体育部員までお願いします。

「ボッチャ」は、ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールをいかに近づけるかを競うスポーツです。

カーリングのように、相手のボールを弾いたりして、自分が優位に立てるよう位置取りをしていきますが、的も弾いて移動させることができるため、カーリングとは一味違う戦略魅力がある競技です。



【主催】車尾地区保健推進員会・車尾地区食生活改善推進員会・
米子市健康対策課

「おいしく食べて健康づくり教室」

テーマは「適塩」と「血圧」。敵塩とは、自分の体に適した量の塩をとることです。毎日の生活に無理なく取り入れられる健康づくりのヒントを楽しく学んでみませんか。

と き：10月1日(水)10:00~13:00

ところ：車尾公民館

内 容：調理実習と健康づくりのお話

「はじめよう適塩生活」

「血圧管理のポイント」

講師：米子市健康対策課 管理栄養士・保健師

献 立：ごはん、ささみのホイル焼き粒マスタード風味
もやしとかいわれの海苔ナムル、
小松菜とごぼうのごま風味味噌汁、
バナナミルクゼリー

材料費：300円

持ち物：エプロン・三角巾・マスク・手拭きタオル

申込み：**9月24日(水)までに**車尾公民館へお申し込みください。(電話 34-3110)

～米子市フレイル対策事業 Chukai コムコムスクエア独自企画～

【もしも、フレイル予防が青春だったら!? ～ゆめダン～】

65歳以上の方限定!!ホームグラウンドの車尾公民館で“これまでとはちょっと違う”フレイル予防の体験をしてみませんか!? 懐かしい曲を中心に、座りながら楽しむダンスを体験しましょう。(ダンス初心者の方も安心してご参加いただけます!)

気持ちも、動きも、ひとつになる時間を、ご堪能ください!指導をするのは、ねんりんピックテーマソング振付担当の「ゆるダン」のお二人。

ゆるーいダンスです。上手いできない時は、みんなで笑ってごまかしましょう。生涯青春、最後はみんなで夢を描いて共有します。

1回参加につき、フレイルアプリのポイント200ポイントがGetできるフレイル予防イベントとなります。是非皆様ご参加ください。車尾公民館に案内チラシもございます。(要予約、参加希望の方は下記にお問い合わせください。)

- 第1回：9月30日(火曜日) 13:30～14:30
- 第2回：10月7日(火曜日) 13:30～14:30
- 会場：車尾公民館
- 持ち物：運動ができる服装、上履き、飲み物、タオル
- 参加費：無料
- お申込・お問合せ:Chukai コムコムスクエア
TEL フリーダイヤル(0120-43-5656)

※定員に達し次第、募集を締め切らせていただきます。



【車尾地区社会福祉協議会からお知らせ】

車尾地区敬老会事業について

敬老の日を迎え、敬老会員の皆様にはご長寿おめでとうございます。

昨年と同様、車尾地区社会福祉協議会より、敬老会員の皆様に、記念品と車尾地区敬老会芳名簿『寿』を、9月から配布させていただきます。



【保健師の出張!なんでも健康相談】

月1回、公民館で開催しています。
赤ちゃんから大人の方まで、どなたでも。
・赤ちゃんの体重測定
・血圧測定や体脂肪測定
・健康のことで聞いてみたいなど、等々

*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。

と き：9月10日(水)9:30～11:30

と ころ：車尾公民館

米子市健康対策課
(車尾地区担当保健師 生垣)23-5454



あこ club 活動予定

9月4日(木)10:00～11:00

場所：児童文化センター

内容：プラネタリウム

9月11日(木)10:00～11:00

場所：車尾公民館

内容：自由遊び

9月25日(木)10:00～11:00

場所：車尾公民館

内容：救命救急講習会

～お知らせ～

9月は
「ほんちよほんちよ」の
活動はありません

学校だより



車尾小学校

高校生「学校の先生体験会」

「理想とする高校生のモデルを学ぶ活動」について

東山中学校区の各小・中学校では、西部地区の高校生を対象に「学校の先生体験会」を行っており、今年度、車尾小は9月8日(月)、9日(火)、10日(水)の3日間を予定しています。

当日は、高校生(希望者)が実際に学級に入って学習支援等をしたり、子どもたちと触れ合ったりしながら、学校教員を体験します。

また、高校生と交流することにより、小中学生が理想とする高校生のモデルをイメージすることをねらいとします。

今年度も3日間で延べ50名の高校生が参加予定です。素敵な交流になることと楽しみにしています。

【2学期の主な予定】

【10月】 4日(土)秋季大運動会、6日(月)振替休業日

【11月】 8日(土)学習発表会、10日(月)振替休業日

26日(水)東山中校区人権教育研究会・人権教育参観日



東山中学校

○部活動報告

7月中旬～下旬にかけて鳥取県中学校総合体育大会がおこなわれました。ソフトボール部が準優勝し4年連続、野球部が県総体初優勝を果たし8月に行われた中国大会に出場しました。その他にも運動部では県総体を勝ち抜き中国大会へ出場した部がありました。また、8月には鳥取県吹奏楽コンクールも開催され、吹奏楽部は銀賞を獲得しました。主な成績は以下の通りです。

県総体

【野 球】優勝(初) → 中国大会出場

【ソフトボール】準優勝 → 中国大会出場(4年連続)

【ソフトテニス男子】個人 ベスト8(1ペア) → 中国大会出場

【ソフトテニス女子】団体 3位 個人

【水 泳】女子 400m個人メドレー 優勝 → 中国大会出場

女子 200m個人メドレー 4位 男子 200m個人メドレー 4位

【弓 道】男子団体 3位 男子個人 4位

【吹奏楽】鳥取県吹奏楽コンクール 銀賞

【卓球男子】団体 4位 【陸 上】男子走高跳 4位

中国大会

【野 球】2回戦敗退(ベスト8) 【水 泳】女子 400m個人メドレー 11位

○探究学習

探究活動の一環として、公会堂、皆生温泉海遊ビーチ、米子駅、美術館、山陰歴史館、地域の夏祭りや納涼祭などさまざまなところでイベントを行いました。暑い中でしたが、たくさんの方がイベントに参加をして下さいました。準備や片付けまで関わってくださった地域の皆様、ご理解とご協力を本当にありがとうございました。今後とも地域の皆様に支えられながら頑張って活動していきます中学生たちを何卒よろしくお願い致します。