

★保健推進員会からのお知らせ★

健やか体操のご案内

日時 11月14日(金) 午前10時～11時30分
場所 崎津公民館 2階集会室(雨天時)
持ち物 飲み物・上靴・タオル・帽子・リュクサック

今回は、とみます外科クリニックの石笠先生のご指導で、ノルディックウォークをします。公民館の周辺を歩きながら楽しくノルディックウォークで身体作りをしませんか。(トイレ休憩も出来ます)

健やか体操で、健康な体作りを始めませんか?

次回は、12月10日(水)を予定しています。
おいしく食べて健康づくり教室(調理実習)
申込みは、公民館へお願い致します。(体操はお休みします。)

米子市公民館ふれあい発表会

日時: 12月6日(土)
作品展示の部 10:00～16:30
舞台発表の部 13:00～16:00
会場: 米子市文化ホール メインホール・イベントホール

※ 崎津公民館からは「書画クラブ」さんが作品展示の部に出展されます。

米子市人権・同和教育推進協議会からのお知らせ

「第51回米子市人権・同和教育研究集会」のご案内

日時: 11月11日(火) 午前10時～午後3時
会場: 米子コンベンションセンター多目的ホールほか

お問い合わせ: 米子市人権政策課: 23-5415

子育てサークルからのお知らせ

日時: 11月21日(金) 午前10時～12時
場所: 和田公民館
テーマ: 秋を楽しもう!!
お問い合わせ: 28-8860 (子育て支援センター)
お気軽にご参加ください!!

ほっとひといき ㊦ ㊦

「忘れられない組体操」

崎津地区人権・同和教育推進協議会 会長 徳永哲郎(7区)

20年以上前、6年担任時の話。組体操の練習が終わった時、女子の雰囲気がおかしいことに気づきました。聞いてわかったのは一最後の「塔」は選抜された男子10人が中央で3段を作り、他の男子と女子は周りで2段を作るが、女子も3段を作りたいという声上がり、思いを大切にしようと教師が認めた所、一部の女子が10人を選抜したため、選ばれなかった子はモヤモヤ運動会だけでなく42名の6年生全体のピンチでした。

もう一人の担任と話しました。「選ばれなかった子もやる気満々だったのだ。」「選抜をした子たちも成功させたいという強い思いがあった。」「仲間外しではない。選ばれない子の気持ちを汲み取れなかったのだ。」「男子は女子だけの問題と受け止めていないか。」「そもそも男子10名を選抜したのは他ならぬ教師だ。」「翌日子どもたちに思いを投げかけると、子どもたちの話し合いは「全員が3段を作る」という結論に。

放課後、図書館で練習を始めた女子たち。ほどなく沸き上がる歓声。「先生できた!」「涙が出た!」女子全員の笑顔は、学年全体がたくましくなった証でした。当日は4つの塔が見事に完成。この年の卒業式で、初めて「男女混合名簿」が実現しました。今の組体操では、教師は何度も笛を吹かないし、危険な演技はしません。でも目標に向かって仲間と心・力を合わせる経験は、間違いなく差別と向き合う意欲や態度を育てます。



「指先まで伸ばして!」
(2025.10.5 崎津小)

崎津地区社会福祉協議会から

認知症サポーター養成講座のご案内!

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする、やさしい地域づくりに取り組んでいくための養成講座です。

日時 **令和7年11月21日(金)**

13:30～15:00

場所 崎津公民館

講師 弓浜地域包括支援センター

費用 無料

定員 20名

申込み・問合せ 崎津公民館 ☎28-8242



「おいしく食べて健康づくり教室」

テーマは「適塩」と「血圧」。適塩とは、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: 12月10日(水) 午前10時～午後1時

ところ: 崎津公民館

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みそ汁
バナナミルクゼリー

材料費: 400円

持ち物: エプロン・三角巾

申込み: 11月26日(水)までに
崎津公民館(電話 28-8242)へお申込みください。



崎津地区食生活改善推進員会・崎津地区保健推進員会
米子市健康対策課