和田公民館だより　令和７年１１月

わだつみ

☎:28-8396　FAX:28-8346
E-mail wadaco@chukai.ne.jp

和田町人口動向　(R7.9.30 現在)

男:1,162(−４)　女:1,249(−２)　計:2,411(−６)

世帯数:1,163（−３）

和田公民館ホームページ　QR コード
ホームページから最新の情報をご覧いただけます。

１１月のおもな行事予定

日	曜日	行　事
４	水	「保健師の出張！なんでも健康相談」9:30～11:30
９	日	マツ守り隊　8:00～（和田小学校灘）
１１	火	ちょっこしやってみらいや　10:30～12:00
１６	日	町民バドミントン大会　9:00～
１７	月	リモート運動　10:30～12:00
１８	火	第９回わだつみ塾　歴史講座　13:30～15:00
２６	水	和田地区小地域懇談会　13:30～15:00
２９	日	第８回和田町ウォーキング大会

✿剪定・花植え作業　ご協力ありがとうございました✿

１０月１５日(水)自治会長さん・文化部さん・ボランティアのみなさんにご協力いただき、公民館前庭の剪定と花植え作業を行いました。おかげできれいな環境で公民館祭をむかえることができます。ありがとうございました。

職員不在のお知らせ

１１月２８日（金）は、弓浜地区公民館連絡協議会研修会のため午後から職員不在となります。公民館を使われる方は事前に鍵を借りに来てください。

町民バドミントン大会（分団対抗）のご案内

日　時：１１月１６日（日）9:00～
場　所：美保体育館
参加希望の方は、各地区の自治会長さん・
体育部員さんにお問い合わせ下さい。

第９回　わだつみ塾　歴史講座

「和田の神社～神社と人々の暮らし」

日　時：11 月１８日（火）13:30～15:00
場　所：和田公民館
講　師：米子神社巡り倶樂部
　　代表　石原　慎吾　氏

和田地区小地域懇談会のご案内

日　時：１１月２６日（水）13:30～15:00
場　所：和田公民館
内　容：人権研修 DVD「サラーマット～あなたの言葉で～」
　　の鑑賞
主　催：和田地区人権教育推進協議会
　DVD 鑑賞の前に和田小６年生による人権の取り組み発表を行います。子どもたちが学んだことをもとに、人権について考えた内容を発表します。

第８回和田町ウォーキング大会

日　　時：１１月２９日（日）8:20～　予備日 12 月６日（土）
集合場所：和田公民館
行 き 先：粟嶋神社・米子水鳥公園
参加費用：３８０円（JR 境線往復料金）
　　３１０円（水鳥公園入場料　※70 歳以上および中学生以下は無料）
持 ち 物：飲み物は各自で持参して下さい。
申込方法：１１月２１日（金）までに公民館(28-8396)まで電話にてお申込み下さい。
主催：和田公民館　　共催：自治連合会・和田町ケア会議
※詳細は回覧チラシをご覧下さい。

和田小学校創立 150 周年記念式典及び記念行事が、11 月 22 日（土）に開催されます。記念行事のスペシャルゲストは Kiroro の玉城千春さんです。

和田地区敬老福祉大会

「ANA クラウンプラザホテル米子」にて、９月 30 日（火）敬老福祉大会を開催しました。多くの皆さまにご参加いただき演芸や歓談を楽しんでいただけました。今後も皆さまのご健康とご長寿をお祈り申し上げます。

代表者謝辞　６区　佐々木茂さん

おいしく食べてフレイル予防　～フレ飯料理教室～

和田公民館にて、10 月２日（木）フレ飯料理教室が開催されました。サバ缶を使ったそぼろ寿司をはじめ、身近な食材で栄養たっぷりのメニューを調理・試食しました。

芸能大会　開催しました！

10 月 11 日（土）の芸能大会には、多くの皆さまにお越しいただき盛会裏に終了することができました。開催にあたってご協力いただいた皆様に心よりお礼申し上げます。

子育てサークル　どれみふぁくらぶ

☀11 月　９日(日) 10:30～　和田公民館
☀11 月２１日(金) 10:30～　和田公民館(合同サークル)

落とし物のお知らせ

芸能大会でサングラスとハンカチの落とし物がありました。お心あたりの方は公民館(28-8396)までご連絡ください。

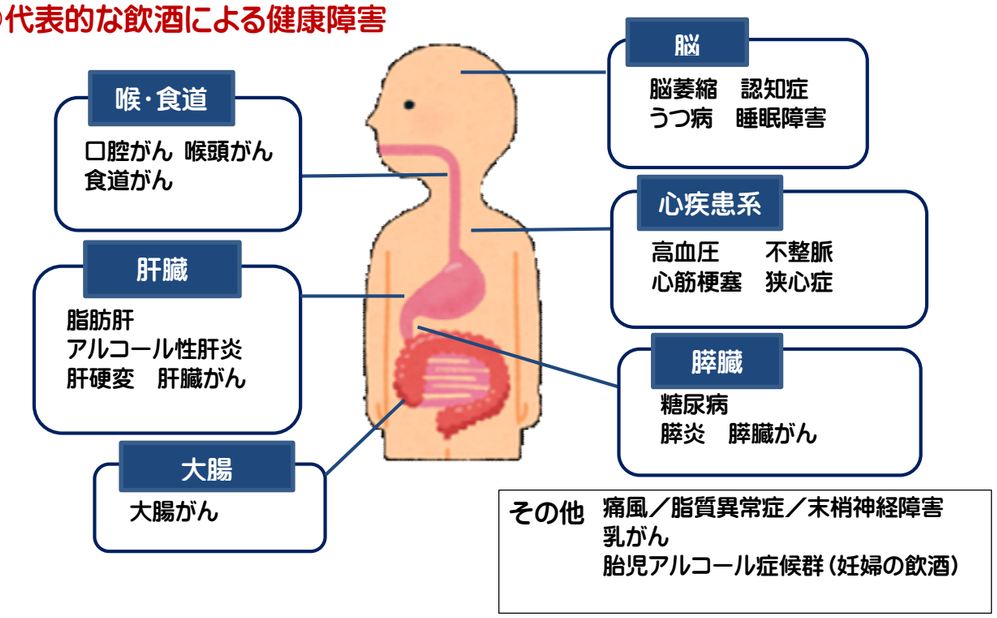
あなたのまちの保健師だより

こんにちは。保健師の吉川です。11 月 10 日～16 日は「 **アルコール関連問題啓発週間** 」です。

お酒と上手に付き合おう！

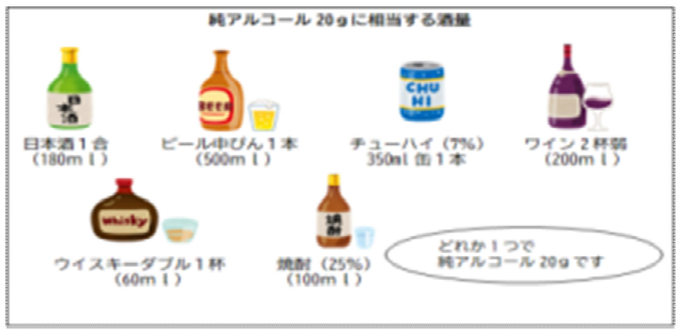
お酒は適度な飲酒量を超えると、**がん**や**心筋梗塞**などの様々な病気にかかりやすくなります。

○代表的な飲酒による健康障害



その他　痛風／脂質異常症／末梢神経障害
乳がん
胎児アルコール症候群（妊婦の飲酒）

節度ある適度な飲酒量は、1 日平均純アルコールで 20ｇ程度です。



女性や高齢者、飲酒後にフラッシング反応※を起こす人は、飲酒量を少なくすることが推奨されています

※フラッシング反応…ビールコップ1杯程度の少量の飲酒で起きる顔面紅潮、吐き気、動悸、眠気、頭痛を指します

参考：厚生労働省ホームページ

和田っ子ニュース

夢・チャレンジ・協力「未来を創る和田っ子」の育成

校長　太田 敦弘

秋季大運動会

和田小学校の運動会は、１０月４日（土）の予定でしたが、前日からの雨で運動場には大きな水たまりが…。やむなく順延としました。5日（日）も朝方に雨が降り、若干の水たまりが残っていましたが、保護者の方にもお手伝いいただいてスポンジによる水取り作業を行いました。開会の頃には日も当たり始め、絶好の運動会日和となりました。

今年の運動会のテーマは、

あきらめず協力し、最後までがんばる笑顔のわだっ子
～和田の呼吸壱の型　元気１００%～

子どもたちは最後まで全力で、走り、投げ、表現していました。応援合戦では、赤組、青組、白組がそれぞれ工夫して演技しました。６年生の応援団長を中心に、何日も前から構想を練って、協力して取り組みました。今年の応援大賞は赤組が選ばれました。