

宇田川公民館だより

令和8年
3月号

米子市淀江町中西尾 466
TEL:56-2086 FAX:56-2596
E-mail :udagawaco@sea.chukai.ne.jp

宇田川公民館



宇田川いきいきサロン

日時: 3月12日(木) 9:30~
場所: 宇田川公民館
内容: 林原氏 (こうほうえん)
健康についてのお話と音楽療法

今年度最後のサロンです。
皆さんお気軽におでかけください!

令和8年度宇田川公民館 教室・同好会募集要項・名簿について

●教室・同好会 募集要項

提出期限: 3月 6日(金)

※チラシを作成しますので期限厳守で
お願いします。

●教室・同好会 名簿

提出期限: 4月 24日(金)

※提出いただいた資料は、公民館活動
以外に使用いたしません。

《 御 礼 》

生花 谷野 淑子様 (高井谷)

詳しくは、公民館にチラシがあります
ので、ぜひお問合せください。

◎7/29(水)はマリ医院の院長先生も参加していただけます。
◎都合の悪い場合は欠席されても構いませんが、必ず公民館
に連絡してください。

◎保護者の方の車に分乗します。ご都合のつく方は、車を出
していただくと助かります。

◎自由研究は「宇田川地区文化祭」に出展します。

希望者には標本箱を作ります。(実費)

申込み: 4/17(金)×切

『宇田川公民館での燻製講座』

日時: 3月19日(木) 9:00~

夕方に出来上がりを取りに来てください。

持ちより: 一人タテ 30cm×ヨコ 30cmスペースに好きなもの
干物(サーモン・ししゃも冷凍品は×)(水分が出る食品は×)
チーズ・ナッツ類・ソーセージ・ゆで玉子・ちくわ等

参加費: 400円

定員: 先着8名

締切: 3月16日(月)までに宇田川公民館(56-2086)へ

『原木しいたけの駒打ち体験』

日時: 3月14日(土) 10:00~

大人版: 10:00~ 定員 5名(定員になりました)

親子版: 15:00~ 定員 親子5組(先着順)

場所: 宇田川公民館

体験後は、焼き芋を食べましょう!

参加費: 800円

締切: 3月6日(金)までに宇田川公民館(56-2086)へ

菌を打ち込んだ原木は持ち帰りです。

汚れてもいい服装、防寒着でお出かけください。

法本館長と行こう!

2026虫とチャレンジ!

虫とりチャレンジがスタートします!!

身近な「ちょうちょ」を探そう!正しい標本づくりを学びます。

《日にち》全5回 ※雨天中止の際は参加申込者へ直接連絡します。

- ①5/10(日) 8:30~「オリエンテーション」 公民館
9:00~11:30「白いアゲハ、春のアゲハを探そう」 伯耆町
- ②6/28(日) 9:00~11:30「ミドリシジミを探そう」 大山町
- ③7/26(日) 9:00~11:30「宇田川のチョウを探そう」 中西尾林道
- ④7/29(水) 13:00~15:30 // 中西尾林道
- ⑤7/30(木) 9:00~11:30「標本づくり」 公民館

《3月の行事予定》 日程は変更になることがあります

| 日 | 曜日 | 行事等 | サークル・教室 |
|----|----|---|-----------|
| 1 | 日 | | |
| 2 | 月 | | |
| 3 | 火 | | リスネット・油絵 |
| 4 | 水 | | 太極拳・なでしこ |
| 5 | 木 | | ヨガ |
| 6 | 金 | | |
| 7 | 土 | | |
| 8 | 日 | | |
| 9 | 月 | リモート運動(10:30~12:00) | |
| 10 | 火 | | |
| 11 | 水 | | 太極拳・なでしこ |
| 12 | 木 | 宇田川いきいきサロン(9:30~) 健康相談(13:30~15:30) | あけびの会・ヨガ |
| 13 | 金 | つつじ号(13:30~14:00) | 育成会芸能・三味線 |
| 14 | 土 | 原木しいたけの駒打ち体験 (大人 10:00~、親子 15:00~) | 水彩画 |
| 15 | 日 | | |
| 16 | 月 | | |
| 17 | 火 | | 油絵 |
| 18 | 水 | | 太極拳・なでしこ |
| 19 | 木 | 燻製講座(9:00~) | ヨガ |
| 20 | 金 | 春分の日 | 三味線 |
| 21 | 土 | | |
| 22 | 日 | | |
| 23 | 月 | | |
| 24 | 火 | 配布日 自治会長会(19:00~) | |
| 25 | 水 | | 太極拳・なでしこ |
| 26 | 木 | | ヨガ |
| 27 | 金 | つつじ号(13:30~14:00) | 育成会芸能 |
| 28 | 土 | | つくしんぼう |
| 29 | 日 | 3月移動図書館つつじ号 日時: 13日(金)・27日(金) 13:30~14:00 会場: 宇田川公民館前庭 | |
| 30 | 月 | | |
| 31 | 火 | | |

裏面へ続く↓

第31回宇田川っ子 沖縄交流研修

大雪となった2月6日(金)～9日(月)沖縄県読谷村楚辺地区子ども会と交流研修会が開催されました。餅つきや竹あかりの作成、スキー交流や芸能交流会、民泊などを通して、楽しい時間を過ごしお互いの文化を知り、絆を深めるいい機会になりました。ご支援・ご協力をいただきました皆さま、誠にありがとうございました。



育成会手作りの竹あかりでお見送りました。宇田川の竹に幻想的な明かりが灯りました。

伝統的な獅子の踊りも良かった！

お米2升5合 宇田川公民館で味噌づくり講座(2/2～4)

今年も味噌づくり講座を実施しました。今回初めて体験される方や何度か体験されて今年もリピートで来られた方も来ていただき、皆で和気あいあい楽しく作りました。切り直し工程の日には、おこわ作りをし、試食してお持ち帰りいただきました。秋のお味噌の出来上がりが待ち遠しいですね。



宇田川えがおの会

宇田川えがおの会は、みんなが笑顔で暮らすことのできる交通事故のない明るく安全なまちづくりを目指し活動しています。

交通安全運動の推進・講習会・研修会への参加・交通安全運動の実施・登下校時の児童の交通安全指導をはじめ、地域と連携し交通安全活動を実践しています。

令和7年度は自治会の方々と協力し、危険な箇所のカーブミラーの点検を実施していただきました。また、交通安全協会より、危険箇所にとびだし注意の看板やのぼり旗も設置していただきました。これからも地域の皆さんの安全と安心なまちづくりをめざして活動していきます。皆さまのご協力をお願いいたします。



～ 食生活改善推進員になりませんか ～ 養成講座受講生募集

食を通した健康づくりのボランティアとして、地域で活動する食生活改善推進員の養成講座を開講します。まずは、食に関するさまざまな知識を楽しく学んでみませんか。

- 【対象】 講座修了後に推進員として地域の健康づくりの活動ができる方(年齢、性別は問いません)
- 【募集人数】 若干名
- 【日時】 5/15、6/16、7/22、9/4、10/6、11/13 午前9時40分から午後1時30分 (5/15のみ午前9時30分～正午)
- 【内容】 ・テーマにそった調理実習(減塩など) ・講義(健康づくり、食育、生活習慣病予防など)
- 【費用】 実習材料費(1回あたり400円程度)
- 【場所】 ふれあいの里
- 【申し込み】 3月27日(金)までに 宇田川公民館(電話56-2086)へお申込みください。

保健師の出張！なんでも健康相談 & 淀江地域包括支援センター出張相談

月1回、公民館で開催しています。相談事がある方もない方も、気軽にお出かけください。
日にち：3月12日(木)
時間：13:30～15:30
場所：宇田川公民館



【内容】
・血圧測定、体組成測定、握力測定・赤ちゃんの体重測定や育児相談
・物忘れチェック・介護についてのご相談
・その他、健康のことで聞いてみたいことなど
※健診結果、血液検査の結果等をお持ちいただくと、より詳しくお話をさせていただきます。
※同日にリモート運動体験も実施しています。気軽にお立ち寄り下さい。
米子市健康対策課：宇田川地区担当 村山 23-5454

運動習慣のきっかけづくりに！フレイル予防！！ リモート運動体験

～映像を見ながら一緒に運動しませんか～

リハビリ専門職による運動教室「ふらっと運動体験」の様子を 公民館で中継放送します。(予約不要、参加希望の方は当日会場にお越しください。)

- 日時 令和8年 3月 9日(月) 10時30分～12時00分
- 会場 宇田川公民館
- 持ち物 上履き、水分補給用の飲み物、汗拭きタオル
- 参加費 無料
- お問合せ 米子市フレイル対策推進課 23-5458

※中継放送のため、運動指導者は公民館には来ません。



よどえ子育てサークル ひよっこくらぶ

日時：R8年 3月 5日(木)手形スタンプ作り・おはなし
4月 2日(木)お花見・シャボン玉あそび
10:00～11:30
会場：淀江公民館
淀江・大和・宇田川地区民生主任児童委員協議会
お問合せ：淀江公民館(電話：56-3222)

参加無料 申込不要です！

行政書士無料相談会

相続、遺言、成年後見、その他身近なお困り事など行政書士が相談をお受けします。(毎月第3水曜日を予定しております。)
日時：3月18日(水) 10時～14時
場所：淀江公民館
予約制(おひとり様30分程度)
ご予約は鳥取県行政書士会まで TEL0857-24-2744

