いわおニュース

令和8年
10月号

米子市巌公民館
TEL　27－0910
FAX　27－1978
E-mail:iwaoco@chukai.ne.jp

巌公民館のホームページを直接ご覧いただけます。QRコードでアクセスしてください。



の予定

1	木	教養部会	手芸クラブ・フラダンス ベーシックピラティス
2	金	第６回いわお塾 『教養講座』	空手
3	土		空手
4	日	米子市秋季一斉清掃	ヨーガ・スマホ教室
5	月	広報部会	ジルバの会
6	火	市同研	だんごサークル・囲碁・ヨーガ
7	水		リラックスヨーガ エアロビクス
8	木		フラダンス ベーシックピラティス
9	金	文化部会	空手
10	土	運動会前日準備	スマイルクラブ・空手
11	日	巌地区民運動会	ヨーガ
12	月	（スポーツの日）	
13	火		囲碁・なごみコーラス・ヨーガ
14	水	巌地区親善ゴルフ大会	リラックスヨーガ しあわせサロン・エアロビクス
15	木		手芸クラブ・フラダンス なでしこ手芸・ベーシックピラティス
16	金	フレイル予防：脳活性講座	空手
17	土	巌地区みんなで考える鑑賞会	だんごサークル・空手
18	日		ヨーガ・書道・パンフラワー
19	月	振替休館日	ジルバの会
20	火		だんごサークル・囲碁・ヨーガ
21	水	健康相談	リラックスヨーガ エアロビクス
22	木	つつじ号 15:40～16：10	フラダンス ベーシックピラティス
23	金	公民館利用団体合同清掃	空手
24	土		だんごサークル・空手
25	日		ヨーガ・スマホ教室
26	月		ジルバの会
27	火	自治会長会	囲碁・なごみコーラス・ヨーガ
28	水	小地域懇談会 反省会	リラックスヨーガ・しあわせサロン フラダンス・エアロビクス
29	木	第４回学習講座 『多肉植物の寄せ植え』	ベーシックピラティス
30	金		
31	土		



第7回　人権講座　「祖国ウクライナについて」

日　時：11月19日(木)　13:30～15:00
場　所：巌公民館　集会室
講　師：(株)北条ワイン醸造所　ピロゴヴァ・マリーナ　氏

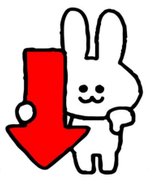


要予約

第４回学習講座

「魅惑の多肉ワールド
～多肉植物の寄せ植え～」

日　時：10月29日(木)　13:30～15:30
場　所：巌公民館　集会室
講　師：花夢来ガーデン　浜田　英之　氏
参加費：1,500円(材料費)
募集人数：先着6名





第５回学習講座

現地学習

「蒜山ミュージアムと
蒜山ハーブガーデン」

日　時：11月6日（金）
9：30～15：30（予定）
行　先：蒜山方面
参加費：2,500円
募集人数：先着19名



どちらの講座も10月6日(火)から受付を開始します。公民館窓口にて参加費をお支払いの上お申し込みください。電話でのお申し込みはお受けできませんのでご了承ください。

巌地区民運動会のお知らせ

日　時：10月11日(日)
8時30分　開会式
場　所：箕蚊屋小学校グラウンド
※少雨決行・雨天中止

たくさんの方のご参加と応援をお願いします！

10月の
だんごサークル

6日(火)　お外で遊ぼう
20日(火)　ハロウィンパーティー

時間：10：00～　場所：巌公民館

巌地区親善ゴルフ大会の開催について

締切り間近！

日　時　：**１０月１４日（水）**
　　午前8時15分スタート（小雨決行）
場　所　：米子ゴルフ場（℡29-4444）
参加料　：2,000円　（プレー代別）
申込締切：10月7日（水）
　　但し、定員16人に達し次第締め切ります。
申込先　：巌公民館に参加申込書がありますので、
　　必要事項を記入の上お申し込みください。
　　＊問い合わせ先　巌公民館　℡　27-0910



巌地区みんなで考える鑑賞会

開催のお知らせ

来てね！

演劇集団あり　公演

「ゴー・ストップ～粟屋仙吉さんのお話～」

日　時：10月17日（土）　10:00～
場　所：箕蚊屋小学校　体育館

※詳細は各戸配布のチラシをご覧ください。

巌地区人権･同和教育推進協議会

保健師の出張！なんでも健康相談＆箕蚊屋地域包括支援センター出張相談

巌地区担当保健師の生垣です。
生活習慣、健康のこと、日ごろの心配事など、どなたでもどうぞ。
予約不要です。



■日　時　１０月２１日（水）
　　９：３０～１１：３０
■場　所　巌公民館１階　談話室
■内　容　血圧測定、体脂肪測定、握力測定、赤ちゃんの体重測定、フレイルチェック、高齢者に関する相談等
◎10月は管理栄養士による栄養相談も行います！
■問合せ　米子市健康対策課　☎23－5454



公民館清掃のお知らせ

１０月２３日（金）午前９時３０分より、公民館利用団体の皆さんにご協力いただき、公民館清掃を行います。
午前中は部屋の利用ができませんので、ご了承ください。



スマホ教室10月～12月期

「アプリの復習（2）」　～以前学習した基本のアプリ～
■LINEの使っていない機能、マイナアプリの利点、アカウントとログインの復習など、注意点を繰り返し学習します。

開催日　：10月4日（日）・10月25日（日）
　　1月15日（日）・12月13日（日）　4回コース
時　間　：10:00～11:30
場　所　：巌公民館
講　師　：高梨幹範　氏（西蚊屋）
申込み　：☎27－0910（巌公民館）
持ち物　：スマートフォン･筆記用具



大募集

◎この教室では連絡網と質問受付にLINEを利用します。

移動図書館車　つつじ号《１０月の巡回日》

22日（木）　15:40～16:10



巌公民館でフレイル予防！ 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！！
ご予約は不要です。お気軽にお越しください◎



■日　時　１０月１６日（金）
　　１０：３０～１２：００
■会　場　巌公民館
■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　米子市フレイル対応推進課　☎23－5458

おしらせ

10月19日（月）
地区民運動会振替休館日

11月　2日（月）
いわお祭り振替休館日

公民館利用の予定がある方は、事前に鍵の借用をお願いします。



「介護保険ってどうやって使うの？」と気になったら、
箕蚊屋地域包括支援センターへご相談ください。



箕蚊屋地域包括支援センター
☎27－6500（米子市一部555（博愛苑内））

ありがとうございました☺

新しい本が加わりました！

「大山･出雲e-共和国」
著者：遠藤彰･吹野博志･木村美樹雄



熊党　能登路 尚孝 様よりご寄贈いただきました。
公民館で貸出しますのでぜひご覧ください。

11月の予定

1日（日）　いわお祭り
2日（月）　振替休館日
6日（金）　学習講座（現地学習）
19日（木）　いわお塾（人権講座）
23日（月･祝）　わら馬づくり
29日（日）　地区球技大会（モルック）



いわお祭り

日　時：11月1日（日）　午前9時～午後3時
場　所：巌公民館および前庭



今年も楽しい公民館祭をめざして企画しています！
詳細は10月下旬配布のチラシをご覧ください！

ピックルボール　始めてみませんか？

最近米子でもプレーする方が増えてきています。バドミントンコートで出来る、テニス・卓球・バドミントンの要素を取り入れた楽しいスポーツです。バドミントン練習の合間に壁打ちしたり、休みの日に時々バドミントンと一緒に行ったりしています。ピックルボールを始めてから、歩くのも辛かった膝の痛みも改善されました。フレイル予防・改善にも有効だと思います。スポンジボールを使えば公民館集会室でも練習できます。
興味のある方はぜひ連絡してください！



山住道明（浦津）　Tel　090 1017 2804