

2016
6月

彦名公民館 だより

米子市彦名町 2850-2 電話 0859 (29) 0536 FAX 0859 (29) 0582
Eメール hikona@chukai.ne.jp

第2回 学習講座 手作りソーゼージ作り

秘伝の7種類の香辛料を使い、桜のチップでスモークする本格的ソーゼージ作りを体験します。

日時 7月4日(月) 9:30~14:30
参加費 3,000円 (バス代、昼食代等)
定員 20名
場所 緑水園 こもれび工房
講師 こもれび工房職員
持ち物 エプロン、三角巾

※申込み開始は6月14日(火)です。
※申込み締切は6月24日(金)です。
※詳細は申し込み用紙に記載します。

大勢のご参加をお待ちしています。



町民ペタンク大会

日時 6月12日(日) 試合開始 9時(10時)
場所 彦名公民館 多目的広場

※雨天時は弓ヶ浜体育館 ()は雨天時の時間です。
※チーム編成は3名で区対抗です。皆様のご参加とご声援を
よろしくお願い申し上げます。



米子市体力テスト会

日時 6月5日(日) 10:00から(受付は9時30分から)
会場 米子市弓ヶ浜体育館
対象 1) 20歳~64歳までの健康な男女
2) 65歳~79歳までの健康な男女
参加料 無料
持ち物 運動のできる服装・運動靴(上履き用)、飲み物
スポーツに親しもう!!スポーツでたくましさ、美しさ、若さを作ろう!!

第4回 彦名ふれあい大学

健康講座『薬とサプリメントの飲み合わせ』

日時 6月30日(木) 13:30~15:00
場所 彦名公民館
講師 鳥取大学医学部附属病院 薬学治療学・薬物療法
内科教授 長谷川 純一 氏



6月の行事予定

1	水	敬老福祉大会
2	木	
3	金	
4	土	
5	日	米子市体力テスト会
6	月	第3回ふれあい大学(家庭教育講座) あいさつ運動(彦小)
7	火	第1回学習講座 鏡ヶ成ウォーキング
8	水	
9	木	公民館消防訓練
10	金	
11	土	
12	日	町民ペタンク大会
13	月	
14	火	若返り教室
15	水	あいさつ運動(弓中)
16	木	給食サービス(ちまき)
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	
21	火	
22	水	
23	木	自治連役員会、総務部会 計量器測定
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	自治連定例会、人権役員会
28	火	若返り教室
29	水	
30	木	第4回ふれあい大学(健康講座)

同好会員募集!!

おはよう気功健康法

どなたにもできる気功体操は、ゆったりとした動きと呼吸法で体をゆるめ、心身の緊張をほぐすことで、気血の流れを良くし、病気に対する抵抗力・免疫力・回復力を養う全身運動です。自分の健康は自分で作る。健康長寿でいるために、健康に扉を開けてみませんか!

日時 毎週月曜日 9:30~11:00(6月の第1月曜日開講)
場所 彦名公民館 2階大集会室
講師 日本武術太極拳連盟公認 太極拳指導員・長拳(カンフー)指導員
今井 靖子 氏

会費 1回 500円 ※初回、2回目は無料体験できます。
内容 やさしい養生気功・太極気功・ストレッチ他
服装 動きやすい服装 裸足または上靴
持ち物 飲み物・タオル

町民キックベースボール大会の結果

5月22日(日) 会場 彦名小学校グラウンドにて開催

優勝 1部(1区、2区)
準優勝 6部(13区)

当日は、天気にも恵まれたものの強い風が吹く中、総勢90名が参加し熱戦が繰り広げられました。得点が入ると各チーム、ハイタッチをして選手を迎え盛り上がっていました。選手・部員・応援の皆さまお疲れさまでした。



優勝した1部チーム



白熱したプレー

7月の主な予定

7日(木) 在宅福祉員・独居高齢者交流会
14日(木) 第5回ふれあい大学 人権講座
『夢への挑戦』

