

令和4年 4月号

かわら版



加茂公民館 電話 29-5313 FAX 29-5368 eメール kamoco@chukai.ne.jp

かもめ学級を開講します

令和4年度かもめ学級を5月16日(月)に開講します。
申込み等の詳細は、配布の「かもめ学級開講のお知らせ」をご覧ください。
※申込み期限 4月14日(木) 申込書を添えて加茂公民館まで

◎かもめ学級<第1回>開講式・介護予防講座

- *日時 5月16日(月)
午後1時30分~3時
- *場所 加茂公民館 集会室
- *内容 「自粛で弱った箇所を鍛えよう！」
- *講師 パジャスポーツ米子 健康運動指導士
山川 了史 氏

◆学習講座「ガラケーの電波が止まる！スマホ体験講座」

日時:4月25日(月)13時30分~15時
講師:ソフトバンク スマホアドバイザーチーム
持ち物:お使いのスマートフォン
お持ちでない方にはデモ機の貸し出しがあります
参加費:無料
募集人数:10名
申込み:4月5日(火)から4月14日(木)まで
※定員になり次第締め切ります
対象:初心者向け
ソフトバンクの機種以外の方でも、どなたでも大丈夫です



☆自主運営教室・同好会のご案内☆



「加茂公民館自主運営教室・同好会ご案内」を配布しております。届きましたらぜひご覧ください。そして興味がある教室を一度見学してみましょ。お気軽に参加していただき、趣味と人との交流を楽しんでみてはいかがでしょうか。



お問合せ 加茂公民館 29-5313

バルーンアート講習会

日時 5月23日(月)10時~12時

○場所 加茂公民館

○加茂地区の方が対象です。子どもの行事やふれあいサロンなどで活用してみませんか?参加費無料

○申込み 5月16日(月)までに加茂公民館(29-5313)へお申し込みください。



☆地区の方の玄関ホール作品展☆

いろいろな花(油彩画)

築谷 士郎さん 光陽会 (会友)
(5区西自治会)

日時 4月12日(火)~4月25日(月) 平日の9:00~16:30
光陽展入選作品などの展示もあります。ぜひご来観ください。

メンズクラブ(男性の体操教室)

○日時 4月11日(月)10:00~11:30

○持ち物 タオル・飲み物・上靴

○場所 加茂公民館

○参加費 無料 ※予約不要

*急遽、中止になる場合があります。

確認の上お越しください。

男性だけの体操教室加茂メンズクラブ開催中!
男性の身体にポイントを合わせた運動を行います。
是非ご参加ください。申込み不要です!

主催:米子市住吉・加茂地域包括支援センター

保健師の
出張！なんでも健康相談



加茂地区担当保健師の兵頭です。
月1回、公民館で開催いたします。
赤ちゃんから大人の方まで、
どなたでも参加出来ます。

「フレイル」って何？
健康な状態と要介護状態
の中間で心身の元気度が
低下した状態。この段階で
行動に移せば、元気度はま
だまだ改善できます。

- ・子どもさん・妊婦さんの健康相談
 - ・「フレイル」チェック(元気度チェック)
 - ・血圧測定や体脂肪測定
 - ・米子ええがん体操、よな GoGo 体操、オーラル体操など
 - ・健康のこと(その他)で聞いてみたいな、などなど
- * 健診結果や血液検査の結果等がありましたら、ご持参ください。
* 発熱・風邪症状がある方はご遠慮ください。
マスクの着用をお願いします。

【今月の日程】

日時：令和4年4月25日(月)

9時30分から11時30分

場所：加茂公民館

* 予約はいりません

問合せ：米子市健康対策課 23-5452



~加茂地区子育てサークル「コアラクラブ」~

☆活動日：第2・4木曜日

☆時間：10:15~11:30

☆場所：加茂公民館

未就園児の皆さんのご参加をお待ちしています！！
楽しく遊んでお友達を増やしましょう♪

※※4月の活動予定※※

14日(木) 茶話会&子育て支援センターの先生と遊ぼう
※予約が必要です(4月8日締め切り)

28日(木) Kizunaさんによるベビー&キッズマッサージ♪
※バスタオルをご持参ください

申込みは支援センターまたは加茂公民館まで



加茂いきいきサロン

春季グラウンド・ゴルフ大会

*日時 5月14日(土) 開会式集合 8時50分

*場所 弓ヶ浜公園 駐車場海側コート

参加希望者は、5月6日(金)までに加茂公民館へ

氏名・自治会・電話番号・用具の有無をお知らせ下さい。

同好会員は、同好会長へお申し込み下さい。

<加茂公民館 ☎29-5313>



※※犬の登録と狂犬病予防注射※※

- ・日時 4月8日(金) 午後2時50分~3時10分
- ・場所 加茂公民館 自転車置き場
- ・料金 新規登録手数料 3,000円
注射済票交付手数料 550円
予防注射料金 2,550円



当日都合がつかない場合は、他の会場でも受けられます！

お知らせ

4月15日(金) 午後2時から、中央地区公民館連絡協議会総会のため職員は不在となります。公民館を使用される方は、事前に鍵の借用をお願いします。

🍓 4月の予定 🍓

日	曜日	行事
7	木	自治連合会総会
8	金	狂犬病予防接種
8	金	地区社会福祉協議会理事会 公民館運営委員会理事会
14	木	地区社会福祉協議会 評議員会
15	金	中央地区公民館連絡協議 会総会
15	金	体育部会
17	日	米子市一斉清掃
22	金	公民館運営委員会総会
25	月	スマホ講座

🍵 5月の予定 🍵

日	曜日	行事
12	木	鳥取県公民館連合会総会
14	土	春季 GG 大会
16	月	かもめ学級①開講式
18	水	米子市公民館連合会総会
23	月	ハルーンアート講習会
26	木	自治会長定例会
31	火	かもめ学級②

