

公民館スローガン『集い・ふれあい・学びあい』



# 余子公民館だより

5月  
No. 227

☆状況により、掲載しているイベントや行事等が中止、延期となる場合があります。

ホームページはこちらから

余子公民館

検索



## 余子・誠道地区 市民大運動会を開催します

日時： 5月14日（日） 予備日 5月21日（日）  
9：00～12：00頃まで  
場所： 余子小学校グラウンド  
※詳細は《運動会プログラム》をご覧ください



### 社会教育講座 子ども農業塾Ⅹ さつまいもの苗植え 参加者募集中！

毎年恒例の、さつまいもの苗植えを行います。親子でも、お孫さんと一緒でも、もちろん、大人だけの参加も大歓迎です！！

苗植えに参加して、秋の収穫をワクワク楽しみに待ちましょう♪



- 日時：5月20日（土）※雨天中止  
9時に余子公民館集合
- 場所：福定町（公民館から自転車か車で移動します）
- 参加費：無料
- 服装：マスク着用、汚れてもよい服、長靴、帽子
- 持ち物：ビニール手袋（または軍手）、飲み物、タオル
- 申込：余子公民館
- 申込〆切：5月18日（木）



### ＜じゃがいもの成長記録＞

3月18日に種芋を植え付けたジャガイモが、3週間ほどで芽を出し、1か月で15cmくらいに育ちました。この芽を1か所2～3本に間引きし、土寄せをします。ジャガイモは成長が早いので、これからぐんぐん大きくなります。6月17日（土）にはジャガイモ掘りを予定していますので、皆さんご参加くださいね。

### 好評につき第3回目を開催します！

#### 公民館講座 足つぼセルフマッサージ教室③

\*知らないで損をする！足裏健康法\*  
誰でも簡単にできる足もみ健康法で自分の健康を守りましょう。

- 日時：5月25日（木）  
\*初めてコース 9：30～11：00  
\*継続コース 11：00～12：00
- 場所：余子公民館2階 休養室
- 講師：高間順子さん  
（若石リフレクソロジスト認定プロ）
- 定員：各コース5名（先着順）  
定員になり次第締め切ります
- 参加費：・初めてコース 600円  
（グリグリ棒代含む）  
・継続コース又は初めてコースで指定のグリグリ棒を持っている人 300円
- 持ち物：フェイスタオル、温かいお白湯500ml（お茶やスポーツドリンクは×）、マスク、上履き
- 服装：膝まで出せる服装（ストッキング、タイツなどはNG）
- 申込：余子公民館
- 申込〆切：5月17日（水）



令和5年度 各委員のご紹介(敬省略)

☆ 1年間よろしくお願ひします! ☆

公民館運営審議会委員 体育振興会委員

高松町	阿部 紀樹	上地 勝
	武良 謙	阿部 祐太
美保町	原口 翔也(体)	阿部 寿己
	手島 真治(体)	畠中 裕平
竹内町	長谷川 伸(体)	瀬戸 謙治
	柴田 秀樹(体)	西富 鉄也
	東 大介(ス)	黒目 俊樹
	伊東 亜希子(体)	江崎 美華
福定町	小灘 俊朗	池淵 裕
	吉岡 裕恭	岡本 仁志
中野町	足立 勲	森脇 公一
	竹本 知男	村田 有祐
		池淵 公彦
その他	井本 英(体)	鶴田 肇(ス)
	内田 綾子	池淵 佳代子(ス)
	北農 真也	

※(体)…体育振興会委員を兼任 (ス)…境港市スポーツ推進委員

フレイルチェックをしてみませんか?

フレイルとは加齢とともに心身の活動が低下した状態のことをいい、フレイルにならないためには、まず自分の体と心の状態を知ることが大切となります。フレイルチェックは運動、口腔機能や栄養、社会参加などをアンケートや測定していきます。お誘いあわせてご参加ください。

- 日 ち 6月5日(月)
- 時 間 13:30~15:30(受付13:15~)
- 場 所 余子公民館
- 内 容 ①フレイルについてミニ講話  
②フレイルチェック  
③結果説明
- 服 装 素足・ふくらはぎが出しやすい服装
- 定 員 8名程度(先着順)

※基本的な感染予防対策を講じながら実施します。

※申込み・問い合わせ先  
地域包括支援センター ☎47-1131



地域の先生を募集します



5月から余子小学校でクラブ活動が始まり、今年度も「地域大好きクラブ」を実施します。そこで、子どもたちに1時間程度ご自分の特技を教えていただける方を募集します。ジャンルは問いません。

やってみようと思われる方は、余子公民館までご相談ください。地域の子どものためにご協力をお願いいたします。

春めくや新らたな気合ふつふつと 靖夫  
若武者のWBC春疾風 はやて 静  
誰を呼ぶや遠く雉子の鳴きやまず 和三  
潮時といふ好機あり夏はじめ 貴子  
毎月第三金曜日の十三時半より句会をやっています。一度遊びに来て下さい。

余子句会



二中校区カフェ

＝安心安全、大量収穫を目指して＝  
農業塾

チームアグリの方々と地域の子どもたちと高校生が力を合わせて、ジャガイモの種芋植えを行いました。種芋を植えるまでに、チームアグリの方々のきめ細かい畑の手入れ、種芋の準備、肥料の準備があらかじめ行われていました。海藻を集めて干したり、子どもたちが肥料を置きやすいように紙コップに入れて渡したり、印を付けたロープを張り種芋を置くなど、様々な工夫がされていました。

＝新学期が始まり3年ぶりの分団子ども会＝

余子小学校で登校班の班長任命式が、見守り隊の皆さん、民生委員の皆さんや分団長の皆さんを招いて行われました。

全校生徒の前で皆さんが自己紹介され、登下校の気になることや、注意事項を話して下さいました。

今年度も見守りよろしくお願ひします。

地域学校コーディネーター 小笠原友子

