



中浜地区市民運動会開催

〇と き 5月12日(日)
午前9:00 開会式
【予備日…5月19日(日)】
〇ところ 中浜小学校 グラウンド



※駐車場はありますが、限られています。
(各町内の回覧で示しておりましたのでご確認ください)
※撮影した写真を公民館のホームページ、公民館だよりに
掲載をさせていただくことがあります。
あらかじめ、ご了承をお願い致します。



出前講座

テーマ

「詐欺被害を防ぐために」

町名	実施日	開始時間	場所
新屋町	5月20日(月)	14:00~	新屋町会館
財ノ木町	5月23日(木)	10:00~	財ノ木町会館
三軒屋町	5月24日(金)	9:00~	三軒屋町会館
麦垣町	5月27日(月)	13:30~	麦垣町会館
幸神町	6月20日(木)	9:30~	幸神町会館
夕日ヶ丘	6月25日(火)	10:40~	夕日ヶ丘集会所
小篠津町	7月3日(水)	10:30~	小篠津町会館

地域のみなさまが安心安全に過ごせるように、講演会を行います。ぜひご参加ください。



社会教育講座

境港ここから!ニコニコ健康くらぶ ~血管年齢を測定しましょう~

自分の血管年齢を知って、良いところ見直すところを見つけてみませんか?管理栄養士、保健師と一緒に健康寿命を延ばす取り組みを続けていきましょう。気軽にお立ち寄りください。

- 日時 : 令和6年5月24日(金)
午前10時~12時
(※申し込み不要、受付は11時30分まで)
- 場所 : 中浜公民館 集会所
- 内容 : 血管年齢測定・健康相談
- 料金 : 無料
- 用意するもの : 健康手帳(持っている方)
- 問合せ先: 境港市健康づくり推進課 47-1040

グラウンド・ゴルフ大会

- 〇と き 6月9日(日)
受付 午前7:30~
開催 午前8:00~
 - ・ところ 中浜小学校 グラウンド
 - ・対象 小学校4年生以上の方
 - ・申込み先 各地区体育振興会役員(裏面をご覧ください)
中浜公民館
 - ・申込み締切 5月24日(金)
 - ・協賛 日本海新聞 中浜専売所
- 小雨決行(雨天中止の場合のみ6時45分に放送します。)



新しい駐在さんのご紹介

この度、米子警察署尾高駐在所から境港警察署小篠津駐在所に赴任しました
本守 三洋です。
安全で安心な地域を目指して頑張る所存ですので、よろしく願います。

新任のご挨拶

4月1日より勤務をさせていただいております。
松本加寿美と申します。
中浜地区の皆様への地域活動、生涯学習のお手伝いをさせていただきますよう頑張りますので、どうぞよろしく願います。

社会教育講座

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です。フレイルチェックはフレイルサポーターと一緒に「運動、口腔機能や栄養、社会参加」などをアンケートや測定で見ていく楽しい教室です。お誘い合わせてご参加ください。

- 日時 6月5日(水) 13:30~15:30
(事前にご用意の用紙がありますので13:15頃にはお出かけください)
- 場所 中浜公民館 集会所
- 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
- 定員 10名程度(先着順)
- 服装 素足・ふくらはぎが出しやすい服装
※お茶など飲み物をご持参ください。
- 申し込み・問合せ先 地域包括支援センター 47-1131



はじめまして
本守 三洋です

