

12月 公民館だより あがりみち

令和6年12月1日発行 上道公民館 (TEL 44-2183) *

裏面もご覧ください



ホームページでは、公民館だよりがカラーでお楽しみいただけます♪ <http://www.sakaiminatoshi-kouminkan.net/agarimichi>

公民館講座

「SDGs、身近なものでリース作り」

自宅の庭や近所に生えている草や実を使ってリースを作りましょう!

日時 12月17日(火)
13:30~

定員 15名
参加費 100円(装飾品等)
申込は上道公民館まで(44-2183)
(締め切り日12月13日まで)



イメージです。

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えていく楽しい教室です。

日時 12月6日(金) 13:30~15:30

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 10名程度(先着)

※お茶など飲み物をご持参ください。

申し込み先 地域包括支援センター47-1131

公民館講座

「バルーンアート教室」

来年の干支(蛇)のリースをバルーン(風船)で作ってみませんか?初めての方も楽しく出来ますよ!
小学生の参加もOK

日時 12月15日(日) 10時~

定員 10名程度
参加費 230円
申込は上道公民館まで(44-2183)
お気軽にお越しください!



1月公民館講座予告

「機織り機で綿マフラーを作ろう」

上道町で活動されている「手織工房藍慈彩」さんに指導して頂き、卓上機織り機を使って綿のマフラーを作ります。

日時 令和7年1月14日(火) 13:30~
(1/28、2/4・18、3/11・25の6回継続講座)

定員 7名(先着順)機織り機の数に限りがありますので定員で締め切りとさせていただきます。

材料費 2000円(持参して頂くものではありません)

申込は上道公民館(44-2183)迄ご連絡下さい
(申し込み締め切り日 1/10)

12月の講座

- 公民館講座「クラフトバック」
3日(火) 13:30~
- 社会教育講座「フレイルチェック」
6日(金) 13:30~
- 公民館講座「ポッチャしょいや!」
9日・23日(月) 13:30~
- 公民館講座「音読教室」
11日(水) 9:30~
- 社会教育講座「郷土の歴史」
12日(木) 13:30~
- 公民館講座「初心者バルーンアート教室」
15日(日) 10:00~
- 公民館講座「身近なものでリース作り」
17日(火) 13:30~

みんなでのしくあそぼう

日時: 12月8日(日) 10:00~13:00

場所: 上道公民館 会費: 100円

申込み: 上道公民館 (☎44-2183)

主催: あがりみちこ食堂

境港市健康推進課

共催: まつぼっくり事業所・上道公民館

配られるチラシをよく読んで

申し込んでください。

今月のお昼ご飯は「クリスマスっぽいもの」を考えています。お楽しみに!!

あがりみちこ食堂

10日(火) 20日(金) 9:30~12:00

お茶とお菓子でほっと一息、楽しいおしゃべりと共に・・・
上道公民館内で開店 協力金100円をお願いします。

公民館 年末年始の予定

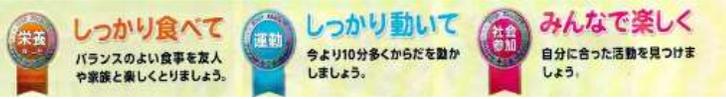
◎仕事納め 12月27日(金) 17:15まで

◎仕事始め 1月6日(月) 8:30から

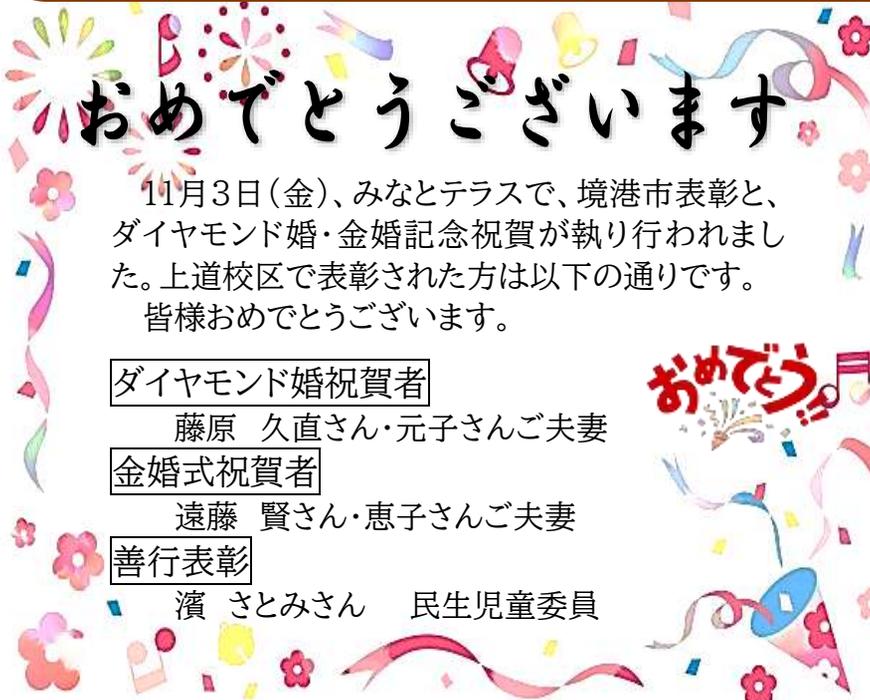
休館中に上道公民館を利用される団体は、
12月27日 17:00 までに鍵を受け取りに
ご来館ください。



※フレイル予防って言葉、よく聞くけどどんな事？ 行ってみようか公民館※



いつまでも元気であるために、
今からフレイル予防！



おめでとうございます

11月3日(金)、みなとテラスで、境港市表彰と、
ダイヤモンド婚・金婚記念祝賀が執り行われました。
上道校区で表彰された方は以下の通りです。
皆様おめでとうございます。

ダイヤモンド婚祝賀者

藤原 久直さん・元子さんご夫妻

金婚式祝賀者

遠藤 賢さん・恵子さんご夫妻

善行表彰

濱 さとみさん 民生児童委員



第47回公民館活動研究集会

11月10日(日)9時50分から、「第47回公民館活動研究集会」が、みなとテラス大会議室で行われました。

「学校・家庭・地域がつながるために～公民館ができること～」というテーマの元、7公民館の取り組み発表をしました。上道公民館は公民館まつりでやっている「パペットシアター」の話をメインに月1回行われている「みんなでたのしくあそぼう」の発表を行いました。

各館が実施する「地域と繋がるために行っている取り組み」を聞き、今後の公民館活動に生かせる発表を勉強し、有意義な研究集会となりました。

自治連合会からのお知らせ

◎新春のつどい

新年をお祝いし、平穏な1年の始まりを地域のみなさんと一緒に迎えましょう。

- ・日時：令和7年1月1日(水・祝) 11時～
- ・場所：上道公民館 ・会費：500円
- ・主催：上道地区自治連合会



※参加をご希望の方は、各自治会長、または上道公民館まで申し込んでください。(Tel44-2183)

◎とんどさん

- ・日時：令和7年1月12日(日)
- ・*点火 午前10時 *消火 午前11時
- ・場所：市役所第6駐車場
(昨年と同じところです。)



※詳細は、12月中旬発行の号外でお知らせします。

上道校区対抗卓球大会がありました

11月24日(日)8時30分から、上道校区卓球大会が境港市第一中学校体育館で5年ぶりに開催されました。地域の皆さんの歓声が響いていました。



優勝は8区さん
おめでとうございます



優勝・・・8区
2位・・・中野区
3位・・・1区

清掃ボランティアの協力をおねがいします

上道町会館の清掃をします。

12月8日(日) 午前9時～

たくさんの方の参加をお願いします。

上道神社境内清掃のお知らせ

12月27日(金) 午前8時～

- ・軍手をご持参ください。(小雨決行)
- ・所要時間は1時間弱です。地域の皆さまのご協力をお願いします。



元旦ウォーキングに参加しませんか！

日 時：令和7年1月1日(水・祝)

午前6時50分上道公民館を出発します。

中野岸壁から「初日の出」を一緒に拝みましょう！

参加希望者は、当日公民館に集合してください。

上道公民館 土曜歩こう会



境港警察署からのお知らせ

積雪等に対する準備の徹底

冬季は、積雪や凍結によるスリップ事故が多発しますので、次のことに気を付けましょう。

『出発前の準備』スコップやタイヤチェーンなどを備えて、当日の気象や道路の情報を確認しましょう。積雪や凍結した道路では、スピードは控えめに、車間距離を十分に保ち、急ブレーキ・急ハンドル・急発進など「急」の付く運転はやめましょう。積雪のない道路でも、橋の上や山間部の日陰では、部分的に凍結しているところもありますので、その手前で十分に速度を落としましょう。

次回公民館だより577号は1月1日発行予定です

