



公民館スローガン

5月

『集い・ふれあい・学びあい』

公民館講座「パソコン教室」

<全6回>

日程:5/18(火)・20(木)
25(火)・27(木)
6/1(火)・3(木)
13:30~15:00

講師:足立 芳美先生

定員:10名

場所:境小北校舎パソコンルーム

参加費:1,200円程度(テキスト代)

メ切り:5/11(火)

※前回「エクセル&ワード」のテキストを
持って居られる方は持参して下さい。



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」(加齢とともに心身の活動が低下した状態)にならない為には、まず自分の「フレイル」の危険度を知ることが大切です。「フレイルチェック」は栄養・運動・社会参加についてアンケートや測定を行い、その兆候を知ることが出来ます。今年初めての方を対象に開催します。ぜひ、この機会に自分の「フレイル」の兆候を知り、フレイル予防に取り組みましょう!

日程:6/21(月)
時間:13:30~15:30
(受付:13:15~)

場所:集会室
対象者:概ね65歳以上
(フレイルチェックを受けたことが無い方)

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・ふくらはぎが出やすい服装
水分持参

定員:8名(先着)今年度は2回実施
(次回11月~2月頃予定)

~申し込み・問合せ先~
地域包括支援センター ☎47-1131
※マスク着用・換気・手指消毒等、感染対策を
講じながら実施します。

お知らせ



~第41回境地区ソフトボール大会準備会をします~

日時:5/18(火)20:00~

場所:学習室2・3

内容:コロナ禍における大会の開催について
※コロナウイルス感染拡大防止の為、6/27(日)開催予定の大会をどのように開催するのか大会要項についても話し合います。

各自治会の会長及び、スポーツ担当者の方は事前に話し合っておいて下さい。よろしくお願いします。

よろしく
お願いします



裏面もご覧ください!!!

~公民館使用について~

全国でコロナウイルスが蔓延しています。コロナウイルス感染拡大防止の為、部屋の使用が密になる場合使用をお断りする場合があります。各部屋において**人数制限**やその他**注意事項**等ありますので窓口にお問い合わせ下さい。宜しくお願い致します。



よろしく
お願いします

境公民館 館長

公民館講座 4 / 5 (月) 「春休み子どもお話し会」

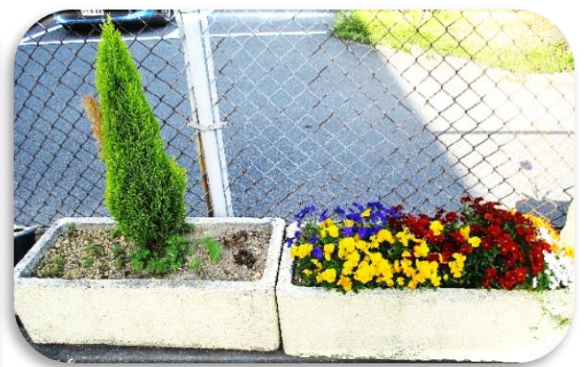


境小児童クラブの先生から
「お話しポケットさん」への感想をいただきました

いつも楽しいお話を聞かせていただきありがとうございます。
子ども達が退屈にならないようにと途中で一緒に手遊びをしたいし最後までワクワクドキドキしながら楽しく過ごす事が出来ました。
またの機会を楽しみにしています。



玄関の前にはキレイな「シクラメン」「ビオラ」「パンジー」がお迎えをしてくれます。可愛い5匹の「メダカ」も出迎えてくれ元気に気持ちよさそうに泳いでいます！！
ぜひ、公民館に遊びに来ませんか？



境港警察署からお知らせです

その契約大丈夫？ 悪質商法にご用心！～なくそう！ 高齢者の消費者被害～

悪質商法は、人の幸福願望につけ込んで、言葉巧みに高額な商品やサービス、権利などを売りつける商法です。勧誘方法も様々でダイレクトメールやカタログ、チラシ広告のほか、路上でのキャッチセールス、電話でのアポイントセールス、家庭や職場への訪問販売などがあります。

悪徳業者は手を変え品を変え迫ってきます。あいまいな態度をとったり、しつこさに根負けして弱気になれば相手の思うつぼです。大切な自分の身や財産を悪質商法から守るために次のポイントを覚えて下さい。

<被害にあわないためのポイント>

- 「悪質業者は、う・そ・つ・き」
- う ～うまい話を信用しない！
 - そ ～相談する！
 - つ ～つられて返事をしない！すぐに契約しない！
 - き ～きっぱり、はっきり、断る

困ったときは、警察総合相談電話（TEL #9110）
境港警察署（44-0110）または最寄りの交番、駐在所へ

