



## ～ポッチャ大会開催のお知らせ～

ポッチャは、運動能力に障がいがある競技者向けに考案された障がい者スポーツで、誰でも気軽に楽しめるスポーツです。

- とき 11月12日(日) 午前9:00～
- ところ 幸神町体育館
- 対象 小学生以上
- 持ち物 上履き、水筒(水分補給)
- 服装 動きやすい服装でお越しください。
- 申込み先
  - ・スポーツ推進委員
  - ・各地区体育振興会役員
  - ・中浜公民館
- 締切日 11月6日(月)  
【主催 中浜体育振興会】



**中浜公民館まつりのお礼**

地域の皆さまのご支援、ご協力をいただき盛大に公民館まつりを行うことができました。心よりお礼申し上げます。

詳細は、来月号でお知らせいたします。

中浜公民館公運審・職員一同

**環境整備清掃のお礼**

環境整備活動に参加していただきありがとうございます。ありがとうございました。自主講座後の掃除では、普段なかなか手の行き届かないところまで配慮をいただき、公民館がきれいになりました。今後も気持ちよく部屋を使っていたいただけたら嬉しいです。引き続き使用後の掃除をよろしくお願い致します。



## 社会教育館講

### しめ縄づくり勉強会



しめ縄づくり勉強会を行います。お正月に手作りのしめ縄を飾りませんか？  
お気軽に参加してください。

- とき 12月3日(日) 午後1時30分～
- ところ 中浜公民館 集会所
- 申込み先 中浜公民館 ☎45-0207

主催：中浜地区社会福祉協議会  
共催：中浜公民館

## 公民館講座

### リラックス ヨガ

- とき 11月21日(火)、28日(火)  
12月5日(火)  
いずれの日も 午前10:00～11:00
- ところ 中浜公民館 集会所
- 内容 ヨガと軽めのトレーニング
- 定員 10名
- 講師 中井 絵里子さん
- 持ち物 ヨガマット、水筒(水分補給)、汗拭きタオル
- 参加費 無料
- 申込み先 中浜公民館 ☎45-0207  
〔締切日…11/17〕

## 公民館講座

### パソコン教室 (全3回)



- とき 11月27日(月)、29日(水)  
12月1日(金)  
いずれの日も 午後2:00～4:00
- ところ 中浜公民館 保育室
- 内容
  - ・ワードで年賀状
  - ・来年のオリジナルカレンダーづくり
- 定員 5名(文字入力のできる方)
- 講師 足立 芳美さん
- 持ち物 パソコン、筆記用具など
- 参加費 無料(テキストのある方はご持参ください)
- 申込み先 中浜公民館 ☎45-0207〔締切日…11/17〕

## 公民館講座

### かんたん正月飾り

- とき 12月7日(木)  
午前10:00～11:30
- ところ 中浜公民館 休養室
- 内容 青竹を使い正月を迎える正月飾りを作ります。
- 定員 8名
- 講師 地域の方
- 持ち物 ボンド、はさみ
- 参加費 800円
- 申込み先 中浜公民館 ☎45-0207  
〔締切日…11/22〕



お願い  
中浜小からの

中浜小児童が  
ペットボトルのキャップを集めています！



ワクチン1本を  
購入するのに



キャップが  
860個必要

世の中の役に立ちたいという児童の思いから、エコキャップ運動に参加することになりました。使用済みペットボトルのキャップを収集し、世界の子ども達へポリオワクチン購入の費用にします。小学校中央玄関に容器を置いてありますのでご協力をお願いします。

環境整備(花の苗植え)

10/2

緑化活動の一環で人と人、人と地域をつなげる活動を推進している緑募金事業を活用して、地域の方々と中浜小3年生児童55名と一緒に花の苗植えを行いました。児童がプランターに3株の花の苗を植えるために、地域の方が一人て四人の児童を支援してくださいました。

また、市役所の方から緑募金の由来や使い道などを、クイズ形式でわかりやすく教えていただきました。児童の話に目を細めていた地域の方々のおかげで学校の玄関前はとても華やかになりました。



手作りの旗には、「大きく育てね」などと花に対するやさしい気持ちが書いてあります。

☆コミュニティ・スクール事業☆  
～『ポッチャで交流』開催のお知らせ～

ポッチャで子どもから高齢者まで世代を超えて、楽しいひと時を過ごしてあいを深めつながりを作りましょう!

詳細は、回覧板等でお知らせします。

○とき 12月16日(土)

午前9:00～

○ところ 中浜小学校 体育館

○対象 小学生以上

○持ち物 上履き、水筒(水分補給)

主催 中浜地区各種団体連絡協議会

中浜地区各種団体連絡協議会会長 木村 幹夫  
中浜小学校校長 植田 伸一

津波避難訓練のお礼  
10月18日(水)の津波避難訓練は、五〇〇人近い参加があり、無事実施することができました。地域の皆様は、ご理解と協力をいただきました。ありがとうございます。  
「日ごろからのつながり・支え合い」を大切に、災害時にも助け合える地域にしていきたいと思っています。  
今後よろしくお願ひいたします。

子ども服リユース事業  
のお知らせ

ご家庭でサイズアウトして着られなくなってしまった子ども服を必要とする家庭に無償で譲渡する事業です。

○とき 12月8日(金)

午前10:30～11:30

○ところ 中浜公民館 集会所

○問合せ先 境港市社会福祉協議会

☎45-6116

「巡回子育てプレイランド」と合わせて開催するよ

二中校區カフェ

CS中浜地区防災訓練事前学習が中浜小学校、第二中学校でおこなわれました。又津波避難訓練の前に中浜小学校6年生は煙の学習、消火器の使い方、段ボールベッドの作り方を学習しました。講師の皆様、お世話になりました。



二中防災教室2年生



二中防災教室3年生



中浜小  
防災教室6年生

地域学校コーディネーター

小笠原 友子



中浜小  
煙の学習6年生



中浜小  
消火器の使い方



中浜小  
段ボール  
ベッドの作り方

第10回 境港文化のつどい

境港市文化協会の加盟団体が合同で展示・発表会を開催します。

○ 展示部門

▼とき 11月11日(土) 午前9時30分～午後4時30分

12日(日) 午前9時30分～午後4時

▼会場 境港市民交流センター

大会議室・中会議室・和室・エントランス

▼内容 川柳・絵画・書画篆刻・茶道・陶芸・囲碁・写真・茶道ほか

○ステージ部門

▼とき 11月12日(日) 午後1時30分～午後3時30分

(開場午後1時)

▼会場 境港市民交流センター 市民ホール

▼内容 邦楽・詩吟・舞踊・合唱・伝統芸能ほか

▽入場料 無料

▽問合せ先 境港市文化協会 Tel.090-4140-1674(湯越)



境港市健康まつり

～みんなでニコニコ健康づくり! さっと気軽にメディカルチェック～

○とき 11月26日(日) 【9時～12時30分】

○ところ 境港市保健相談センター

☆9時～10時30分

○骨密度講演会

【ピンピンコロリはみんなの願い～骨卒中を予防しよう～】  
(要予約 定員50名)

座長 もりわき整形外科クリニック 森脇 健太氏

講師 山陰労災病院副院長 萩野 浩氏

☆11時～11時45分

○親子運動遊び教室(要予約定員10組)

講師 (株)ルネサンス 身崎徳郎氏

対象 年長～小学校3年生まで

☆9時30分～12時20分

○催し物

・血管年齢&脳年齢測定(要予約 定員 35名)・骨密度測定など

○体験・相談会

・サッと!簡単!食事チェックと栄養相談など

○展示コーナー

・健康に関するパネル展示・健康クイズラリーなど

○ご予約・市役所 健康づくり推進課

問合せ先 ☎47-1041

