

花のまちづくり

明倫地区振興協議会・明倫公民館共催
自然に親しむ交流事業
明倫を花のまちに!

日時: 11月13日(日) 9:00~10:00
場所: 明倫公民館駐車場 <費用: 無料>

花でいっぱいの美しい景観の明倫地区を目指し、今回はパンジーとピオラを植えます。みなさんのおかげで年々花が増え町もきれいになっています。参加されたい方は各町の館長までお申込みください。

※当日は春植えコンテストの結果を発表し表彰します。



健康教室

明倫公民館主催健康教室

生活習慣病を楽しく予防する
「健康づくり応援講座」 3B体操

健康教室「3B体操」の連続講座を開催します。3B体操は用具を使って年齢に関係なく、誰でも出来る楽しい体操です。運動が苦手の方でも大丈夫です。お気軽にご参加ください。

日時 ①12月9日 ②1月13日 ③2月10日
いづれも金曜日 10:30~12:00

場所 明倫公民館
講師 藤山 由美さん (日本3B体操協会・公認指導士)
参加費 無料 (申込み必要)
対象 地区住民
持参する物 バスタオル又はヨガマット
上履き、飲み物
※体操に使用する用具はこちらで準備します



地区の行事

- わいわい淀屋 11月3日祝(木)
いろいろなお店が出ます。町歩きを楽しみましょう
- 西中校区少年少女のつどい ※変更又は中止になる場合があります
11月23日 8:30~西中学校
- ※西中校区同和教育研究会(11月15日予定)は中止になりました。

お礼

~ありがとうございました~

10月20日 明倫地区老人クラブのみなさんが公民館の外回りの清掃をしてくださり、とてもきれいになりました。

めいりんメモリアル<10月>

明倫公民館事業・各団体・サークル活動などの様子

明倫地区福祉懇談会 10月3日(月)



総勢50名の参加がありました

「住民が主体的に地域づくりに参加し支えあう力を育む明倫地区を目指して」

☆明倫歴史講座③「ひまみてフラリ」10月8日



明倫地区の「みち」の歴史的な役割や面白さについて学習しました。

※10月29日予定の地区内散策は延期になりました。(日程は未定)

救命講習会のご案内

いざというときに、知っているのと役に立つ応急処置法の講習会です。みなさんご参加ください。

- 日時 11月12日(土)
午前10時30分~11時30分
- 会場 明倫公民館
- 内容 心肺蘇生法、AED(取扱い方法)
骨折、出血、誤飲など応急処置等
(自治公/防災部 ※詳細は回覧をご覧ください)

スポーツ教室

親子で楽しむ

ファミリーバドミントン教室
後期の部が始まります!

12月3日、10日(土) 19:00~21:00
○明倫小学校体育館



明倫小4年生親子会「ドッチビー大会」
10月8日(土)



雨天でナイトウォークが中止となり、親子ドッチビー大会になりました。親子で楽しみました。

健康講座 3B体操 10月14日(金)

ゆっくりとした動きの中、しっかりと体を動かします。次回から連続講座になります。



健康だより

健診のお知らせ

<休日健診>

- 日にち・場所: 12月4日(日) 保健センター
- 受付時間: 午前8時~午前10時(伯耆しあわせの郷)
- 内容・対象者
一般健診(20歳以上)・特定健診(40~74歳)・長寿健診(後期高齢者健診)(75歳以上)・胃がん検診(30歳以上)・肺がん検診(30歳以上)・大腸がん検診(30歳以上)・子宮がん検診(20歳以上)・乳がん検診(視触診+マンモグラフィ検査)(36・38歳、40歳以上)・前立腺がん検診(50歳以上)・肝炎ウイルス検診(40~74歳)

- その他
*持ち物: 各種健康診査受診券、保険証、自己負担金
*申込みが必要です。
*胃・子宮・乳がん検診は定員があります。
*詳しくは受診券に同封の「倉吉市健康診査の手引き」をご覧ください。

※タッチパネルによる「物忘れ」健診
タッチパネルを使った「物忘れ」に関する簡単な検査と相談を行いますのでご利用下さい。

<レディース健診>

- 日にち・場所: 12月4日(日) 保健センター
- 受付時間: 午後1時~1時30分 (しあわせの郷内)
- 内容・対象者 子宮がん検診(20歳以上)・乳がん検診(視触診+マンモグラフィ検査)(40歳以上)

11月は児童虐待防止推進月間です

児童虐待での死亡件数や相談件数は年々増加しています。児童虐待は身体的虐待、性的虐待、ネグレクト、心理的虐待があります。

子育てに悩み、解決策が見つからず、わが子に手をあげてしまうような保護者もあります。迷っていること、困っていることについて「ひとつひとつを一緒に解決していきましょう」という気持ちで周囲の人たちが接することが大切です。

その行為は、子どもへの虐待なのだと言えることが気づきになり、その行為がなくなる場合もあります。

- 地域のみなさんのひとりひとりにできることは、
- ・虐待と思われる事実を知ったときには通報してください。
- ・子育て中の親子にやさしいまなざしをお願いします。
- ・子育てに悩んでいる人は、ひとりで抱え込まずに相談してください。

相談窓口 倉吉児童相談所 23-1141
市役所子ども家庭課 22-8120

- その他
*持ち物: 各種健康診査受診券、保険証、自己負担金
*事前に申込みが必要です。
*子宮がん・乳がん検診とも定員があります。
- 申し込み・問合せ先 倉吉市保健センター ☎26-5670