

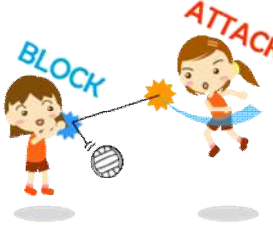
住民スポーツの日 参加者募集 主催：学校開放企画運営委員会

スポーツを楽しもう！

7月は……バレーボール！

毎月「住民スポーツの日」を設定し、いろいろな種目のスポーツを楽しむ活動を行いますので、お気軽にご参加ください。


■日時：**7月27日**（水）20：00～22：00
 ■場所：東中学校体育館
 ■指導者：バレーボール・住吉スポーツクラブの皆さん
 ■参加対象：バレーボール経験のある成人の方
 ■参加費：無料 ■申込み：不要（直接会場にお越しください。）
 ■持参：運動シューズ、飲み物（用具は主催者が準備します。）
 ■その他：運動の出来る服装でご参加ください。



学校へ行こう！ 主催：倉吉市成徳公民館

高齢者と小学生が囲碁や将棋、昔遊びをして一緒に楽しみます。だれでも気軽に参加できます！

▲7月の開催は**5日、12日**（火曜日）
 ▲場所：成徳小学校仮校舎1階 ▲時間：13：10～13：40
 ▲参加費：無料 申込不要
 皆さんのご参加をお待ちしています。



子育て支援教室 参加者募集 主催：倉吉市成徳公民館

おしゃべり広場「ぴよぴよ」

親子 de ピラティス 毎月1回開催中！


7月は28日（木） 10：00～11：30 成徳公民館

何かと忙しいママも「わたしの時間」が大事です！骨盤を中心に歪みをもどし、キレイな姿勢にしていきます。家事をしながらでも、寝かしつけをしながらでもできるエクササイズは好評。楽しいおしゃべりとティータイムは心身ともにリフレッシュできます。

★申込み不要。お住まいの地区は限定していません。
 ★指導者：どこの教室でも大人気！ 河本珠紀先生
 ★参加費：1回100円（当日）
 ★持参：タオル、飲み物、赤ちゃんのおやつ&飲み物


7月は夏休み中ですのでお兄ちゃん、お姉ちゃんも一緒にご参加いただいてもけっこうです。お気軽にご参加を！

6月は21組も参加があり和室は満員！



趣味の講座 参加者募集 主催：倉吉市成徳公民館

はじめてだからウキウキ！
みんなと一緒に楽しい！
フラ(ダンス)体験教室へどうぞ！



年齢・性別問わず楽しめるフラは日本でも大人気！
 ☆笑顔で踊ると表情筋アップ！
 ☆脳への適度な刺激で脳トレーニングに！
 ☆手足の動きとステップで体幹や全身の筋力アップ！
 何より心地いい音楽♪を聴きながらゆったりとした動作で踊るのがいちばん楽しいそうです！
 横浜でフラダンスを学ばれたステキな先生をお迎えして初心者向けの体験教室を開催します。

フラダンスでハワイの文化を体感してみましょう！
 お申込みは7/15までに成徳公民館へ
全4回
 ① 7月20日（水）10：00～11：30
 ② 8月3日（水）10：00～11：30
 ③ 8月17日（水）10：00～11：30
 ④ 8月31日（水）10：00～11：30
 ■場所：成徳公民館 ■参加費：無料
 ■参加対象：どなたでも・
 ■講師：フィ・フラ・リノ・リノ 河本高枝さん
 ■持参：汗拭きタオル、水分補給の飲み物 動きやすい服装でご参加を。

保健だより 休日健診のお知らせ


健診を受ける機会の少ない若い人や平日に健診を受けることが難しい人を対象に「休日健診」を実施します。この機会にぜひ健診を受けましょう。

日にち	8月7日（日）
場所	保健センター（伯耆しあわせの郷）
受付時間	午前8時～10時
一般健診	20歳～39歳
特定健診	40歳～74歳
長寿健診（後期高齢者健診）	75歳以上
胃がん、肺がん、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+マンモグラフィー検査）	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
物忘れタッチパネル相談	もあります。
その他	※申し込みが必要です。 ※胃・子宮・乳がん検診は定員があります。 ※持参物：各種健診受診券・保険証・自己負担金

申込み・問合せ先 倉吉市保健センター 電話：26-5670

7月10日から8月9日は部落解放月間です。

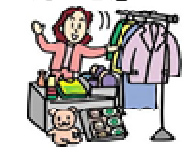
毎年7月10日から8月9日の期間中、鳥取県では各市町村や関係機関と連携しながら県民一人ひとりが同和問題を正しく理解し、認識を深めていただくよう、講演会や研修会の開催など様々な啓発活動を行っています。公民館にチラシや資料がありますのでご活用ください。



フリーマーケットにご協力を！ 今年も全国一斉に社会を明るくする運動が始まります。

倉吉市更生保護女性会と保護司会が共催で**7月16日（土）午前10時より倉吉未来中心アトリウムにてフリーマーケットを開きます。** まだ使えるのに家の中で眠っている日用品、衣類はありませんか。出品する品物を少しでも多く集めたいと思っていますので皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

★品物は「日用品」「衣類」
 ★受付期間：7月5日（火）～14日（木）
 ★届け先：倉吉市成徳公民館（9：00～17：00まで） 成徳地区更生保護女性会 山下順子



同和教育講座 「人権同和教育講座：講演会」 主催：倉吉市成徳公民館 共催：成徳小学校PTA人権教育推進部

誰もが認め合い、理解し合い、協力し合える社会をめざし、人権意識を高める講座を開催します。

★講演「精神障がいのある人の人権問題」 ～誰もが地域で自分らしく生きていきたい～
 ★講師：相見槻子さん
 ★開催日：7月6日（水）19：30～21：00 ★場所：倉吉市成徳公民館
 ★参加対象：成徳地区同和教育推進員、成徳小学校保護者、個別にご案内を送付しますので、ぜひご参加ください。

成徳写真館 6月の事業より・・・

28年度のスポーツ教室は「ファミリーバドミントン」全5回で終了。指導は成徳地区スポーツ推進委員さん。ルールやサーブを繰り返し教えてもらいました。ラリーが続くようになり、最終回は試合を行ったチームもあります。大人も子どももスポーツの楽しさを改めて感じたという感想が多く書かれていました。

はじめてのオカリナ教室
 指が思うように動かないこともありましたが、何だか優雅で不思議な楽しさがあります。



和紙手芸作品展及び和紙手芸体験教室 活動を始めてから

成徳YOU友女性教室「音読教室」 声に出して読むと意外と難しい？ スラスラ読めると嬉しく感じます。老眼を理由にして本から遠ざかっていた人も「本を読む」ことが楽しくなりました。





