



福部地区公民館だより

令和5年6月発行

福部地区公民館 鳥取市福部町細川668
TEL: 75-2817 FAX: 75-2564
メール: cc-fukube@it.city.tottori.tottori.jp

〈文月〉

熱中症予防をしよう！！

涼しい服装



日陰を利用



日傘・帽子



エアコン・扇風機



水分・塩分補給



熱中症は、気温などの環境条件だけでなく、体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。

暑さは日々の生活の中の工夫や心がけでやわらげることができ、適度な空調で室内の温度を快適に保ったり、衣服を工夫することで、熱中症の危険を避けやすくなります。

また、日よけをして直射日光を避けましょう。

喉が渇いていなくてもこまめに水分補給をするようにしましょう！



こんな品種の
あじさいもあるよ♪

福部まちづくり協議会の道路を花でかざる運動で植栽したあじさいが大輪の花を咲かせています！！

クラフトバックを作ろう！

世界にひとつだけのバックを作りませんか？♡

期 日：7月19日（水）

時 間：9：00～12：00 昼食後 13：00～16：00

場 所：福部町コミュニティセンター 多目的ホール

講 師：中嶋 和子氏

定 員：10名

参加費：1,000円

持ち物：ハサミ、洗濯バサミ（10コ）、目打ち、木工用（速乾）、お手拭き、メガネ、
昼食

申込み締切り：7月4日（火）

★見本は公民館にありますので見におこしてください。その際にクラフトテープの色を2色選んでいただきます。



色ガラスのコースターを作ろう！

日 時：7月30日（日） 10：00～11：30

対 象：幼児～ ※小学校3年生までは保護者同伴

場 所：福部町コミュニティセンター 多目的ホール

講 師：手作り工房 Glass works negy 代表者 石井 博文氏

定 員：10名

参加費：200円

申込み締切り：7月24日（月）

※汚れてもいい服装でおこしてください。



鳥取市福部町人権啓発推進集会

～子ども食堂の運営から見てきたこれからの共生社会～

期 日：7月8日（土）

時 間：13：30～15：00 （開場13：00）

場 所：福部町コミュニティセンター 多目的ホール

講 師：市役所 すなばこども食堂

パーソンサポートとっとり 代表 山根 恒氏



地域を花いっぱいにして運動

6月9日（金）に福部未来学園の生徒の皆さんと一緒に30個の鉢にトレニア、ペゴニア、サルビア、マリーゴールド、ニチニチソウ、ヒヤクニチソウの花の植え付けを行いました。

花は、福部未来学園、保育園、福部町総合支所、駐在所、郵便局、季の風、美咲園、わかばの家、ふれあい会館に贈りました。

大切に育てます。



どの花にしようかな…



ストレッチ体操を開催しました！！

6月事業報告

6月16日（金）にストレッチ体操を開催いたしました。

中田 昌子さんを講師にお招きし、肩こり・腰痛に効くリズム体操や体幹トレーニングをしました。

7月行事予定

（予定は、変更になる場合があります。ご了承下さい。）

日	曜日	行事	サークル・団体・その他
		福部地区公民館 (0857)75-2817	福部町コミュニティセンター (0857)75-2030
1	土		書道教室
2	日		絵手紙
3	月		
4	火		
5	水		
6	木		
7	金		オカリナ、ロコモ予防教室
8	土		
9	日		
10	月		
11	火		
12	水		しゃんしゃん体操
13	木		
14	金		ロコモ予防教室
15	土		書道教室
16	日		
17	月	海の日	
18	火		
19	水	クラフトバックを作ろう	
20	木		
21	金	夜間パトロール	ロコモ予防教室
22	土		
23	日		書道教室
24	月		オカリナ
25	火		
26	水		しゃんしゃん体操
27	木		耕心大学
28	金	夜間パトロール	ロコモ予防教室
29	土		
30	日	色ガラスのコスターを作ろう	
31	月		