

2025年 7月号 まつほ公民館だより

松保地区公民館 〒680-0944 鳥取市布勢543-3
ホームページ http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/matuho-1/ TEL 0857-28-1192
Eメール cc-matsuho@it.city.tottori.tottori.jp FAX 0857-28-1267



健康講座

「それって感染症！」
感染症の予防と早期発見」



日時 7月2日（水）
10:00～11:30

場所 松保地区公民館

講師 有田 恭子さん

（訪問看護ステーションはまゆう
訪問看護認定看護師）

夏休み子どもチャレンジ

7月23日（水）☆夏のランタン作り
8月 1日（金）☆草木染めにチャレンジ
8月20日（水）☆夏休み地域食堂

❖詳細は「公民館だより7月号別紙」
をご覧ください。

《夏の交通安全県民運動》

～交通安全協会に加入しましょう～

期間 7月14日（月）～23日（水）



スローガン
「ゆとり持つ
時間に気持ちに
車間距離」

運動の重点

- ①子ども、高齢者及び障がい者の交通事故防止
- ②自転車利用者のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底
- ③飲酒運転の根絶

7月19日（土）9時頃より、空港布勢線と鹿野倉
吉線の交わる懸樋工務店前で卵とチラシを配布し、
交通安全を呼びかけます。

交通安全協会 松保支部

「睡眠」と「健康」の知恵袋講座

～最適な「睡眠」を考える～

☆血管年齢測定、ベジチェック測定もあります☆

日時 8月1日（金）
13:30～

場所 松保地区公民館

参加費 無料

定員 25名

講師 佃 美智子さん（明治安田生命）

申込み 7月1日（火）～7月22日（火）の
間に公民館へ



パソコン基礎 4

～パソコンの基本的な操作～

日時 7月25日（金）
9:30～11:30

場所 松保地区公民館

参加費 無料

定員 10名程度

申込み 7月22日（火）までに公民館へ

❖ノートパソコンとUSBをご持参ください。

無い方は公民館のPCをお貸しします。

❖パソコンの起動・終了方法、キーボード操作、
マウス操作の練習等を行います。



パソコン教室 4

～Word文書の作成と編集～

日時 7月25日（金）
13:30～15:30

場所 松保地区公民館

参加費 無料

定員 10名程度



申込み 7月22日（火）までに公民館へ

❖ノートパソコンとUSBをご持参ください。

《まつほっ子クラブ》



日時 7月2日（水）
10:00～11:30
「七夕かざりをつくろう」

場所 松保地区公民館

参加費 無料

（12月のみ100円）

対象 就園前の乳幼児と
その保護者



↑
まつほっ子クラブ
グループLINE
QRコード

《長生会》

なでしこ会

～ふれあいデイサービス～

日時 7月11日（金）
13:30～15:00

場所 松保地区公民館



《配食サービス》



7月16日（水）

11:00頃から配達予定です。

《まつほくつろぎカフェ》



日時 7月10日（木）
10:00～

場所 松保地区公民館

対象 60歳以上の方
飲物とお菓子 100円

❖各地区へ出前カフェを行っています。
希望を受け付けます。



裏面も
ご覧ください



7月行事予定

日	曜	行 事	グループ・サークル
1	火		手芸教室 大正琴 おたっしや教室
2	水	まつほっ子クラブ 健康講座	
3	木	移動図書の日	墨絵・墨彩
4	金		
5	土	小地域座談会	習字
6	日		
7	月	民児協	体操
8	火		ひまわりの会 おたっしや教室
9	水	東桂見出前カフェ	
10	木	くつろぎカフェ	墨絵・墨彩
11	金		なでしこ会
12	土		しゃんしゃん体操
13	日		
14	月		
15	火		手芸教室 おたっしや教室
16	水	配食サービス 膝・腰 健康教室	
17	木	移動図書の日	パン教室 墨絵・墨彩
18	金		
19	土		しゃんしゃん体操 習字
20	日		
21	月	海の日	
22	火		パン教室
23	水	夏のランタン作り	
24	木		墨絵・墨彩
25	金	パソコン基礎④ パソコン教室④	
26	土		しゃんしゃん体操
27	日		
28	月		体操
29	火		おたっしや教室
30	水	県立美術館に行こう！	
31	木		



膝・腰 健康教室



～ヒザ痛・腰痛・転倒予防のための体操を
一緒に行ってみませんか？～

日 時：7月16日（水）

14:00～15:00

場 所：松保地区公民館 2階

講 師：さとに田園クリニック

外来リハビリテーション所属

北浦 拓也さん

内 容：ヒザ・腰の健康体操 ＋ 転倒予防の運動

参加費：無料（・動きやすい服装でお越し下さい。
・飲み物をご持参ください）

申込・問合せ：松保地区公民館

TEL：0857-28-1192



県立美術館に行こう！

日 時 7月30日（水） 公民館 9:30出発

定 員 25名（先着順）

参加費 2,500円（昼食代、入館料含む）

申込み 7月1日（火）～7月18日（金）
の間に公民館へ

9:30 松保地区公民館 出発（9:20集合）

10:30～11:40 鳥取県立美術館

12:00～13:00 昼食

14:00～15:00 青谷かみじち史跡公園

15:30 松保地区公民館 着



☆ 松保地区GG6月例会結果 ☆

6月14日（土）



優 勝 田中 幸子 （西 桂 見） 51打

準優勝 宇治田 秀男（高 江 町） 55打

第3位 徳田 力 （山王団地） 56打

第4位 浜辺 泰治 （高 江 町）

第5位 田辺 憲夫 （布 勢）

第6位 福田 肇 （東 桂 見）