

令和7年

12 みずほ

月号

発行 令和7年11月25日 まち協・公民館だより <http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/mizuho-1/>

瑞穂地区まちづくり協議会
(鳥取市立瑞穂地区公民館)
鳥取市気高町下坂本48-4
TEL:82-2206 FAX:82-2262
公民館ホームページQR⇒



キムチ作り

公民館事業部



日時 12月13日(土)
午前9時30分～11時30分
講師 森田美代子さん(大村地区公民館)
場所 瑞穂地区公民館 調理室
持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル
参加費 1000円(予定)
申込締切 12月5日(金)

12月15日(月) 映画鑑賞会& しゃんしゃん体操



「WOOD JOB!」

出演 染谷将太・長澤まさみ
※詳細はチラシをご覧ください。

映画観賞 午後1時00分～
しゃんしゃん体操 午後3時10分頃

参加
無料

真菰しめ縄リース

公民館事業部

日時 12月17日(水)
午後1時30分～午後3時30分頃
講師 上野裕子さん(アトリエカフェM)
場所 瑞穂地区公民館
参加費 1700円
申込締切 12月11日(木)
※お正月以降も、インテリアとして
飾れます。 イメージ写真



チェアヨガ教室 (健康福祉部会)
12月12日(金) 午後7時～8時頃
参加費 700円

—各種団体の総会・部会のお知らせ—
12/上旬 19:00～ ※日程が決まり次第
・文化祭実行委員会 ご連絡致します。
・健康福祉部会・地域文化部会
12/15 19:00～
・体育振興部会
12/16 19:00～
・総務環境部会・区長会

< 12月の行事予定 >

◆各行事についての詳細はチラシをご覧ください。◆

日	月	火	水	木	金	土
11/30 ・瑞穂地区を語る会	1 ・配食サービス	2 ・詩吟同好会	3	4 ・3B体操	5	6
7	8	9	10	11 ・3B体操	12 ・チェアヨガ教室	13 ・キムチ作り
<< 年末交通安全週間 12/8～17迄 >>						
14	15 ・映画鑑賞会 & しゃんしゃん体操 ・体育振興部会	16 ・総務環境部会 ・区長会 ・詩吟同好会	17 ・真菰しめ縄リース	18 ・3B体操	19	20 ・クリスマス会
21 ・小地域懇談会 (下坂本)	22	23	24	25 ・フラワーアレンジメント ・3B体操 ・みずほだより発行	26 ・大掃除	27
28	29 ←	30 休館日12/29～1/4	31 →			

冬のみずほっ子

(公民館事業部)



クリスマス会

ゲーム
いろいろ大会

賞品をゲットしよう!



クリスマスケーキを
作ろう



時間 午前9時00分～11時15分頃
場所 瑞穂地区公民館
講師 谷本京子さん
参加費 600円
対象 小学生他(2年生以下は保護者同伴)

フラワーアレンジメント

公民館事業部

日時 12月25日(木)
午後6時30分～午後8時頃
場所 瑞穂地区公民館
講師 児嶋陽子さん
(フラワー&ベーカリーHaRu)
持ち物 花ばさみ、花器
参加費 1700円
申込締切 12月17日(水)



令和6
年度

令和8年1月1日(木) 「元旦マラソン」



令和7年度の様子(土居)

下坂本公民館～武宮神社(往復1.6km)

【時間】 集合 午前8時15分～
出発 午前8時30分～
【集合場所】 下坂本公民館

参加者にはお年玉プレゼントがあります。
ウォーキングでの参加も歓迎します。

10月下旬「緑の募金事業」の花苗が各集落に
配布され、花植えの様子が届きました。



宿集落



上高浜集落

ご協力頂きました皆様ありがとうございました。



—公民館をご利用の皆様へ—

11月下旬より、公民館付近の市道におきまして、水道工事(排水管布設替工事)が行われます。時間帯は平日の8:30～17:00ですので、公民館ご利用の皆様にはご不便をおかけしないよう手配していますが、ご了承ください。

〇年末の大掃除のご協力のお願い

公民館の大掃除を12月26日(金)
午前9時から行います。年末の忙しい時期ですが、皆様のご協力をお願いします。

〇年末年始の休館について

12月29日(月)～1月4日(日)
は休館日です。

令和8年1月5日(月)から通常通り
です。

公民館をご利用の際は事前に予約をし
てください。

11月の事業紹介

10/22（水）しゃんしゃん体操

「とっとり式認知症予防プログラム」に14名が参加しました。作業療法士さんと一緒に、椅子に座った体操、足先で新聞紙を丸めたり折りたたんだり。知的活動に「有名人名前合わせゲーム」で会話と笑いで盛り上がりました。



「頭と身体の体操
グーパーグーパー」



あら、懐かしい名前

【認知症予防に大切なこと】

- ・家に閉じこもらない
- ・人と関わり、会話をしましょう
- ・気持ちよく身体を動かしましょう

11/4（火）おでかけみずほっこ

やってみようデーを利用して、みずほっこが秋のおでかけをしました。貴重な体験が盛り沢山の楽しい一日でした。

空港ではターミナル見学や「空港用化学消防車」の乗車体験、放水見学をしました。



名探偵コナンがお出迎え



迫力の放水



タイヤと背比べ



鳥取砂丘こどもの国
レールトレイン「サンド号」に乗ったよ



とうふちくわの里ちむらで、豆腐ちくわ作りを体験しました。先生に教わりながら、竹棒に上手にタネを巻き付けていました。

11/9（日）瑞穂地区防災訓練

防災指導員、防災リーダー、消防団第4分団、各集落参加者のご協力で地区防災訓練を行いました。各集落の危険箇所の報告、防災研修では「火災訓練 煙体験」を実施しました。煙が充満した部屋を通過した参加者から、「全然見えなかった」「実際には熱や臭いで怖いだろうな」という声が聞かれました。



各集落の状況を把握



煙体験の様子



11/12（水）～18（火）

瑞穂地区文化祭

人にやさしい 地域をめざして

飲食・バザー



瑞穂おこわ 大盛況！



バザーには行列も！



瑞穂の野菜販売



食育 貝だくさん汁

芸能発表



「傘踊り」百花繚蘭

百花繚蘭の華やかなオープニングイベントで始まり、さまざまな活動発表や、「しゃんしゃん体操」「マジックショー」など会場は大盛り上がりでした。



保育園、中学校
公民館事業の作品



小学生の作品

作品展示



地域、サークルの作品



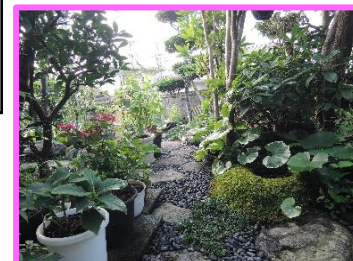
優雅に♡



3B体操



～フォトコンテスト入選作品紹介～



最優秀賞「いやしの庭」
瀧 武雄 さん



優秀賞「夕暮れの
武宮神社とぼく」
田村里架さん



優良賞「無題」
石田一高さん



優良賞「かくれ
んぼど〜こだ」
瀧村洋子 さん



まち協賞
「帰り道」
矢野貴之さん

もったいないばあさん登場！



下坂本女性会



大抽選会



令和7年度地区文化祭にご協力をいただきありがとうございました。11/12～11/18までの7日間を文化祭期間として、作品展示・フォトコンテストを実施しました。期間中11/15の午前中に小学校学習発表会、昼に特産品などの販売、午後から芸能発表と、多くの皆さんにご来場いただきました。準備から片付けまで関係者の方々には、多大なるご協力をいただきましたこと御礼申し上げます。
文化祭実行委員会委員長 坂田浩一



←スマートフォンをお持ちの方は、こちらから、ホームページでカラー写真を見ることができます。