

令和7年

6

月号

発行 令和7年5月23日 まち協・公民館だより <http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/mizuho-1/>

みずほ

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⇒



ちまき作り みずほっ子 (公民館事業部)

日時 6月7日(土)
午前9時30分~12時頃

講師 下村美紀恵さん(土居)

参加費 200円

持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル

※申し込みは終了しました。



スマホ教室 (公民館事業部)

日時 6月18日(水)
午前9時30分~
11時30分頃

講師 ドコモショップ

参加費 無料



料理教室

そば打ちに挑戦!

日時 6月10日(火) (公民館事業部)
午前9時30分~12時30頃

講師 田中正人さん
(小鷺河地区)

参加費 1,000円

持ち物 エプロン、三角巾



※イメージ写真

型染体験 (公民館事業部)

日時 6月27日(金)
午前9時30分~11時30分頃

講師 山口邦子さん(型染め作家)

参加費 700円

夏季スポレク大会 ペタンク (体育振興部)

日時 6月29日(日) 午前9時00分~12時頃
場所 瑞穂小学校グラウンド
指導 池長賢一さん(上高浜)
持ち物 補水用飲料

健康講演会 (健康福祉部)

「あなたの腸年齢は何歳？」

腸年齢チェック&改善法

日時 6月12日(木)
午後1時30分~2時30分頃

講師 鳥取ヤクルト販売株式会社
坂本直美さん(健腸マイスター)

参加費 無料

チェアヨガ教室

6月13日(金) 午後7時~8時頃 参加費 700円

しゃんしゃん体操

6月25日(水) 午後7時~8時頃 参加費 無料

◆各行事についての詳細はチラシをご覧ください。◆

< 6月の行事予定 >

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 ・詩吟同好会	4	5 ・3B体操	6	7 ・ちまき作り
8	9	10 ・そば打ち体験	11	12 ・健康講演会 ・3B体操	13 ・チェアヨガ教室	14
15	16	17 ・詩吟同好会	18 ・スマホ教室	19 ・3B体操	20	21
22	23	24	25 みずほだより発行 ・しゃんしゃん体操	26 ・3B体操	27 ・型染体験	28
29 ・夏季スポレク大会	30					

瑞穂地区大運動会

5月18日（日）



さあ、みんなで入場行進

絶妙なバランス！



かわいい選手



ゴール！！バンザイ！

○×クイズ 問題、「瑞穂」は何画？

今年も盛大に瑞穂地区大運動会が開催され、小学生の大きな声、地域の大歓声が響きました。○×クイズ「みずほさんぽ」では、瑞穂地区に関する問題が出され、瑞穂ベテラン競技者は一生懸命考えて、解答ゾーンへ移動していました。ご参加、ご協力頂きました地域の皆さん、役員の皆さんありがとうございました。また、本大会の準備や進行に、多くの中高生が協力してくれました。より賑やかな大会になりました。



集落対抗「花吹雪」

4/30（水）ニュースポーツ大会

「やってみよう！day」のこの日、多くの子ども達がトリコロボックス、モルック、ラダーゲッターを体験し、表彰式にはたくさんの笑顔が見られました。お昼には、みんなでカレーライスを食べました。ご協力頂いたスポーツ推進員さん、児童クラブ支援員さんありがとうございました。推進員にルールの説明を聞きました



「通学合宿」をお手伝いしてくれる 中高生や地域の方を募集してます。

7月6日（日）・7日（月）・8日（火）

の間で、お手伝いいただける時間、
内容などを相談させていただきます。



※詳細はチラシをご覧ください。

5/9（金）チェアヨガ教室

今回は、先生が香り豊かな精油を手のひらにのせてくれて、手を温めるオイルマッサージから始まりました。幸せな手になったら瞼にあてて、眼球体操。ゆっくりと身体をほぐしていきました。チェアヨガで自分をリセット。ぜひご体験ください。



～公民館総合保障制度～

瑞穂地区公民館では、地域の皆さんが安心して公民館事業に参加できるよう、「公民館総合保障制度」に加入しています。公民館行事中、公認サークル活動・ボランティア活動中、公民館行事往復途上等のケガ、事故等を公民館が補償する制度です。また、公民館施設、設備の欠陥や不備による事故が発生した場合なども補償されます。万が一の場合には、遠慮なくご相談ください。