

# はまかせだより

東地区公民館だより

令和6年 3月号 第365号

[メール](mailto:higashi-k@eagle.ocn.ne.jp) higashi-k@eagle.ocn.ne.jp

TEL 72-8063

## 【鳥取県立博物館連携企画】

### 「窓を彩ろう!!」

いろんな色や形のカラーシートを使って、東コミュニティセンターの窓を飾ろう。

期 日：3月9日(土)

時 間：午前10時～11時30分

場 所：東コミュニティセンター

参加費：無料

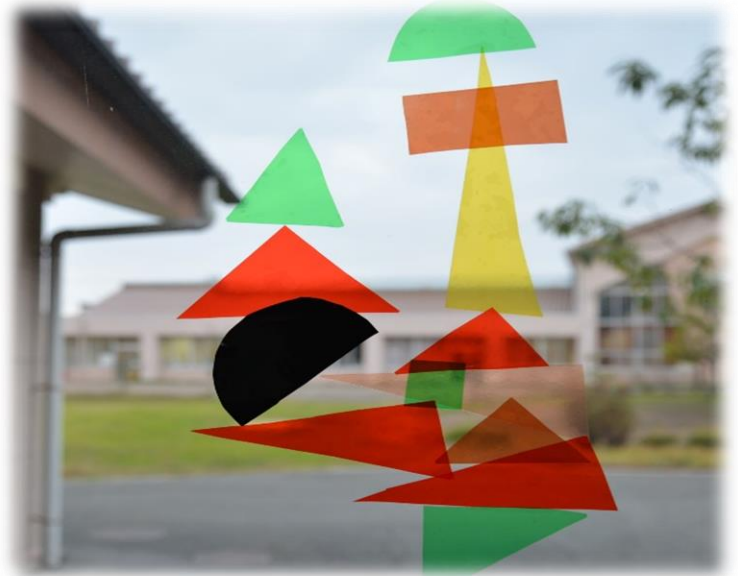
定 員：20人

服 装：動きやすい服装

持ち物：水分補給できる飲み物

締め切りは終了しています。

時間までにお集まり下さい。



## 健康講座のお知らせ

期 日：3月12日(火)午後1時30分～

場 所：東コミュニティセンター

講 師：Fitness Ja-んぐる  
運動指導員 馬淵牧子先生

持ち物：水分補給ができる飲み物

服 装：運動ができる服装

肩凝り 腰痛 膝痛予防  
介護予防の体操を教えてもらいます。

参加締め切り：3月8日(金)

申し込み先：東コミュニティセンター  
電話 72-8063

## 【岩美病院 健康相談】TV会議システム

日時：3月13日(水)15時～

場所：東コミュニティセンター

内容：乳がん検診について

担当：岩美病院 赤穂技師



## 館内清掃のお知らせ

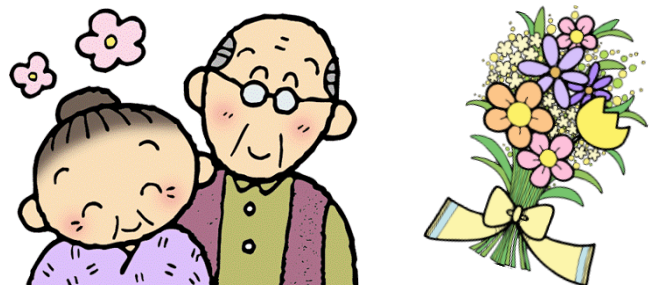
日時：3月15日(金)午前9時～

お忙しい時期ですが、ご協力  
よろしくお願いします。



## 東地区自治会から

令和6年度東地区敬老会が5年ぶりに  
4月29日(月)昭和の日に開催されます。  
敬老会員の皆様に東地区敬老会のご案内があります。



## 3月の行事予定

- 3(日) 食事ボランティア
- 5(火) 太極拳サークル
- 7(木) ひまわりの会(太極拳)
- 9(土) 県立博物館連携企画  
【窓を彩ろう!】午前10時~
- 10(日) 食事ボランティア
- 12(火) 太極拳サークル  
: 健康講座 午後1時30分~
- 13(水) 岩美病院 健康相談 TVシステム  
15時~
- 14(木) ひまわりの会(太極拳)
- 15(金) 館内清掃 午前9時~
- 19(火) 太極拳サークル
- 21(木) ひまわりの会(太極拳)
- 26(火) 太極拳サークル



2月25日(日)  
【ガーランド作り】を行いました。

ガーランドとは?壁に飾り付け、ひも状に大小の色々な形をつなげたインテリアです。個性豊かなカラフルでかわいいガーランドが出来ました。部屋が華やか賑やかになりそうです。



春らしいガーランドです



### 東地区青少年育成協議会より

卒業 入学 進級の季節になります。  
インターネット、SNS、スマホ、ゲームなど  
決められたルールや時間を守って使用しましょう。

交通安全に気をつけましょう。  
夕方地域の子どもたちを見かけたら、早く帰宅するよう声かけをよろしくお願いします。

### はまかぜコラム

大羽尾に移住して9年になりました

大羽尾 間淵武志

大羽尾に移住して、漁師としても頑張っています。9年間続けておりますが、先輩の漁師の皆様には全く追いつきません。(笑) 天候に左右される仕事ですが、春のわかめに始まり、サザエ、岩ガキ、白いか、秋にはハマチやカツオと獲れる獲物で季節を感じる事が出来る楽しい仕事です。まだまだ漁師は初心者ですが、いつか大物を釣りたいと願いながら日々頑張っております。