

# はまかせだより

東地区公民館だより

令和8年3月号 第389号

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

TEL 72-8063

## 令和7年度 第1回公民館健康マージャン交流大会のおしらせ

健康マージャンが備え付けになり、毎月2回、開催し楽しく健康マージャンをしています。

そこで、第1回公民館健康マージャン交流大会を開催します。

日時: 3月4日(水)午前8時30分～

場所: 東コミュニティセンター

※参加申し込みは終了しています。



### 女性・初心者対象 健康マージャン

日時: 3月12日(木)  
26日(木) 9時～

場所: 東コミュニティセンター  
2階 和室

興味・関心のある方の参加  
お待ちしております。



### 楽集ネットワーク

今月のテーマ

「睡眠薬について」

担当: 岩美病院 本城薬剤師

日時: 3月11日(水)15:00～

場所: 東コミュニティセンター

申し込みはなしです。時間までにお越しください

### 東地区自治会会長の担当紹介

東地区連合自治会会長 中島睦郎(陸上)

東地区体育会長 浜口丈夫(大羽尾)

東地区人権推進会長 田中一行(小羽尾)

東地区青少年育成協議会会長  
岡島 明(田河内)

お世話になります。よろしくお願い致します。

### 東地区自治会から

#### 東地区敬老会開催のおしらせ

令和8年度 東地区敬老会が  
4月26日(日)に開催されます。

各地区敬老会員の皆様には、各地区役員から東地区敬老会のご案内があります。しばらくお待ちください。

東地区自治会一同、皆様の東地区敬老会への出席をお待ちしております。



## 3月の行事予定



- 1(日) 食事ボランティア
- 3(火) 太極拳サークル
- 4(水) 令和7年度 第1回公民館健康マージャン交流大会  
8時30分～
- 5(木) ひまわりの会(太極拳)  
華道教室 1時～
- 8(日) 食事ボランティア
- 10(火) 太極拳サークル
- 12(木) ひまわりの会(太極拳)  
女性健康マージャン 2階 和室
- 17(火) 太極拳サークル
- 18(水) 健康マージャン 8:30～
- 19(木) ひまわりの会(太極拳)
- 24(火) 太極拳サークル
- 26(木) ふれあいサロン  
女性健康マージャン 9:00～  
2階 和室

日本赤十字社鳥取支部冬期避難所  
宿泊演習が東コミュニティセンター  
で行われました。

日時:1月31日(土)～2月1日(日)  
場所:東コミュニティセンター

厳冬地域での自給自足による訓練  
避難所を実地体験  
防災セミナー災害時における実習訓  
練などが行われました。



段ボールベット組み立て中です。



グラウンドにエアータントが建ち、段ボールベット  
を設置、5～6人が宿泊されました。

段ボール箱で作った  
足湯、気持ちよさそうです。



## 2/6(金)健康マージャン女性交流会 が中央公民館で行われました。



東地区からも、健康マージャン女性交流会  
に参加、「ちょっとまってよ」、「なかなかい  
いのこない」「次は誰?」とか、言いなが  
ら楽しく交流をしてきました。

## 4月からグラウンドゴルフ を再開します。

日時は、4月号でお知らせ  
します。

## はまかせコラム

マージャン教室に参加しています。

陸上 寺谷洋子

昨年秋頃から公民館事業の一つの健康マージャン教室に参加しています。  
マージャンはそれまで一度もしたことがないし、もちろん道具を触ったこともありません。初心者と言  
えるには程遠い、一歩も二歩手前で今に至っています。先日は無謀にも岩美町女性マージャン交流会  
に参加しました。硬くなった頭でどうしたらパイを揃えることができるのかと、毎回、下手な考えを巡  
らしています。