

城北公民館だより

№420

発行日 平成31年2月1日
発行 城北公民館 (TEL26-4437)

城北地区の人口
(2018. 12月末現在)
3,354世帯、7,307人
男3,439人、女3,868人

城北公民館情報を詳しく知りたい方は、HPをご覧ください。「城北公民館公式HP」で検索。

“ 今でしょ! 講座 ” 「 医療と介護シリーズ 」

国は、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるような医療・介護・生活支援等の体制構築を考えています。国の医療制度の下、地域連携などについて松江医療圏における病院の現状を踏まえてお話しいたします。

【第2回】 日時：2月15日(金) 10:00~12:00

場所：城北公民館 研修室

内容：①<演題>「急性期病院の入退院支援」

<講師> 松江赤十字病院 看護副部長 星野和子氏

②<演題>「急性期病院の地域連携と退院支援」

<講師> 松江赤十字病院 医療社会事業課長補佐 奥公明氏

参加費：無料

申込み：城北公民館 (26-4437) へ



ともに支える城北の会・プロジェクトゆうあい

『ブックカフェ・おれんじ』 & 古本販売同時開催

日時：2月15日(金) 9:00~12:00

場所：オレンジハウス

メニュー：コーヒー(オリジナルブレンド) 150円

セット (コーヒー + パン & ゆでたまご) 300円



※お車で越しの方は、城北公民館駐車場にお停めください。

※詳しくは、城北公民館に掲示してありますチラシをご覧ください。

2月 小・中学生対象 お助け勉強会

わからない問題、挑戦したい問題はないですか。宿題も持ってきてください。地域の方が丁寧に教えてくださいます。

日時：2/1(金) } 16:00
8(金) } ~17:00
15(金)
22(金)

場所：城北公民館

受講料：無料

申込み：不要

問合せ：城北公民館 (26-4437) へ



ともに支える城北の会・城北地区健康まつえ21推進隊

おれんじ

『健康と人づくりの集い』

~城北ボランティアフェスティバル~

3月8日(金) 10時~13時に開催決定!!

タオルを絞って握力・腕力チェック、
ティッシュペーパーを吸いつけて呼吸機能の
チェック...など

楽しいレク式体力チェックと
健康レシピの料理教室を予定しています。

詳しくは来月の公民館だよりでご紹介します。
楽しみにお待ちください。

防犯カメラのことについてお知らせ

平成最後のお正月、いつも通り遅めの朝食、雑煮で始まり、そして1月20日大寒です。暦の上では1年で1番寒い時ですが、朝の気温は平年よりも高めとのこと。まもなく2月、大雪だった去年と比べて穏やかな日々が続いていて、このまま今年1年、平穏であることを願っています。

さて、今回のテーマは「防犯カメラ」です。昨年11月松江市から「民間資金（寄付金）を活用したカメラ設置」の話がありました。これにはモニターが付いていなくて、何か起きたときに記録されたデータを見ることがあるというものですし、その個人情報の取扱いは市の条例の規定によることとなります。

設置するかどうかを考えたとき、公民館方針に「敷居の低い・幅広い世代が集うように努める。」を掲げているのに、設置すると

公民館に入り難くなるのではと思う一方で、全国各地での出来事などを踏まえると、設置の必要性があるようにも思います。

そこで、各方面の意見を伺うこととし、他の公民館長さんに意向確認したり、指定管理者の運営協議会の委員さんが集まる機会に意見を伺ったりしました。その結果、多くの方が集まる場所だからこそ、安心してご利用いただくため必要なことであるとの意見が多く、設置する方向で進めることとしました。

今後、他館との調整も行われた後、3月に設置される計画です。何かあったとき、記録されているデータを閲覧されることがあるというものであり、防犯対策であるということでご理解いただきたいと思います。引き続き皆さんにとって親しみやすく、多くの方が集まる公民館を目指して努力しますので、よろしく申し上げます。 K



2月 ひよこ学級

「豆まき & 鬼退治で健康祈願」

「鬼は外！福は内！」と言えば豆まき！
みんなで元気に鬼退治をしよう。
お楽しみの時間や茶話会があるので、
ぜひご参加ください。



日 時：2月14日（木）
10：00～11：30頃
※9：45までに受付を済ませて
ください

場 所：城北公民館 研修室
持ち物：子どもの飲み物、タオル
（運動のできる服装でお越しください）
申込み：2月6日（水）までに
城北公民館（26-4437）へ

※会員さんへは、メール又はお手紙でお知らせ
します。ご不明な点等ありましたら、城北公
民館までお問合せください。

包丁研ぎ ※原則 家庭用包丁のみ

日時：2月15日（金）
10：00～14：00

場所：城北公民館 調理室
料金：ステンレス300円～、和包丁400円～

※刃の欠けや研ぎ直しが必要なものは、
時間もかかるので相談してください。

主催：城北地区に子どもの遊び場をつくる会
後援：城北公民館・城北地区子ども会育成協議会

（松江市共創のまちづくり事業）

「千手院の森」整備ボランティア活動

日 時：2月9日（土）
8：30～10：00頃
※小雨及び曇り予報なら決行ですが、
前日の予報で雨予報の場合は中止
します。

活動場所：千手院（石橋町）裏山
集合場所：本堂右横の階段を登った奥の広場
服装等：長袖、長ズボン、長靴、手袋
持参物：竹の伐採用ノコギリなどをお持ちの
方は持参ください。

申込み：不要
※ご都合のつく方は気軽に
ご参加ください。

その他：保護者同伴であれば子どもの
参加OK。
これまでの整備で広場ができ
ているので、一緒に竹の伐採
体験ができます。



問合せ先：遊び場をつくる会代表 中田
（TEL：080-1916-2895）

※詳しくは、回覧チラシをご覧ください。

城北地区社会福祉協議会・ともに支える城北の会

「オレンジキッチン」

1人より大勢でご飯を食べるとおいしいですね。一緒にご飯を作って食べませんか？

日時：2月12日(火)

17:30~19:00

場所：オレンジハウス(北堀町)

参加費：500円

定員：15名(65歳以上の方)

申込み：2月5日(火)までに
城北公民館(26-4437)へ

※送迎あります。ご希望の方は、申込み時にその旨お伝えください。

お出かけ健康教室

フロアをお借りして開催します。お茶を飲みながら楽しくお話をしたり、体を動かしてみませんか。ご参加お待ちしております！

日時：2月19日(火)

14:00~15:30

場所：県営第二淞北台団地集会所
(※現地集合)

内容：☆からだ元気塾「健康体操」
☆茶話会

参加費：無料

申込み：参加希望の方は、2月15日(金)までに城北公民館へ

※現地集合が難しい方はご相談ください。

お楽しみサロン♪

皆さまお誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

日時：2月22日(金)

10:00~11:30

場所：城北公民館 研修室

内容：☆音楽鑑賞
ギター2重奏：スターヒルさん

☆茶話会

対象者：城北地区にお住まいの高齢者の方

申込み：2月20日(水)までに城北公民館へ



香典返し御礼

黒川 慎司様 (北堀町)

袖本 幸雄様 (奥谷町)

上記の方々からご厚志をいただきました。誠にありがとうございます。故人のご冥福をお祈りいたします。

— 城北地区社会福祉協議会 —

城北公民館吾亦紅句会

平成三十一年一月

初春の言葉交しつ友集う

植田こうこ

納棺にほほ紅さして冬の朝

音田るり

冬晴れに雲をいただく出雲富士

郷原 亜紀

恒例の第九聞きつつ年用意

佐川美枝子

Aコープ「介護予防教室 にぎわい元気塾」

「歌と音楽」に合わせて踊ったり体操したり、歌ったりする楽しい健康教室です。

日時：2/ 1(金)、 8(金)、
15(金)、 22(金)

10:00~11:00(60分)

場所：城北公民館

受講料：1回(60分) 500円

島根県地球温暖化防止活動推進員より

2月は「省エネ月間」

無駄な電気は消してね！

省エネの“省”という字は「節約する」「消滅する」「簡略化する」などを表す“はぶく”という意味で、無駄をはぶくという事。省エネとは、エネルギーを“ムダなく”使うこと。

最近では、エネルギーを効率よく使う“ムラなく”に、安全に使う“ムリなく”を含めて、省エネとして表現されています。

私達の生活の中で欠かせない大切なエネルギーを、ムダなく、ムラなく、ムリなく、バランスを良く使うことです。

さあ、その視点で省エネに取り組んでね。

- 1日(金) お助け勉強会、にぎわい元気塾
- 2日(土) 中央ブロック公民館人権研修会(in市福祉センター)
- 6日(水) さわやかクラブ(1班)
中ブロ公民館職員研修会(※13時~事務室閉室)
- 7日(木) 事務室閉室
- 8日(金) お助け勉強会、にぎわい元気塾
- 9日(土) 「千手院の森」整備
- 12日(火) オレンジキッチン
- 13日(水) さわやかクラブ(2班)
- 14日(木) ひよこ学級「豆まき&鬼退治で健康祈願」
- 15日(金) 今でしょ! 講座「医療と介護シリーズ」
ブックカフェ・おれんじ
包丁研ぎ
お助け勉強会
にぎわい元気塾
- 16日(土) あそび塾「雪遊び」
- 17日(日) 市民体育祭卓球大会(in市総合体育館)
- 19日(火) お出かけ健康教室(in 第二湊北台集会所)
- 20日(水) さわやかクラブ(3班)
- 22日(金) お楽しみサロン
お助け勉強会
にぎわい元気塾
- 27日(水) さわやかクラブ(4班)



わたしの新年の決意は、「毎日あいさつをすること」です。

この決意にした理由は、あいさつをするとみんながいい気持ちになるからです。それに、相手もあいさつをしてくれて、自分もいい気持ちになってうれしいからです。地いきの人たちや先生や友達にいっぱいあいさつをして、自分やほかの人たちもうれしい気持ちになってほしいです。

この決意を達成するために、あいさつをして喜んでくれる人を思いうかべてあいさつをすると思います。当たり前なことだけど、いっぱいあいさつをしたいです。

わたしの新年の決意は、「毎日宿題を5時までには終わらせる」です。

わたしは、つい宿題をするのがおそくなって、家族にめいわくをかけてしまうことがあるので、この目標にしました。それに早く終われば自学をすることもできるので、いいなとも思ったからです。

どうしたら達成できるかは、家に早めに帰ってすぐ勉強をすれば、大じょうぶだと思います。どうしたら達成できるかを守ったら、自分がやりたいことをたくさんの時間を使ってできることも、目標の理由の一つです。「早めに帰って」という言葉を入れたのは、友達とたくさん話してしまい帰るのがおそくなってしまふことも、たまにあるからです。「すぐ勉強すれば」という言葉を入れたのは、弟と遊んでしまうからです。

城北公民館 事務室閉室のお知らせ

※中央ブロック公民館職員研修などのため、下記のとおり事務室を閉室します。

2月6日(水) 13時から閉室

2月7日(木) 1日閉室

公民館を使用される方は、6日(水)13時までには鍵を取りに来てください。よろしくお祈りします。

もっと知ろう カナダ

「カナダと日本の違いの面白さって何だろう?」について

国際交流員オリバーさんとの交流を通し「生の英語」、カナダと日本の異文化理解等をゲットしよう。

日時: 2月7日(木) 10:00~11:30

場所: 城北公民館

参加: 自由(無料)

お問合せ: 英会話講師 岡崎(090-7122-2589)

松江市市民憲章かるた中央大会 報告

城北チーム総合優勝! 6連覇達成!

個人戦<低学年の部> 土江芽衣さん 優勝!

1月12日(土) 松江B&G海洋センターに於いて、松江市市民憲章かるた中央大会が4年ぶりに開催され熱戦が繰り広げられました。

城北チームの選手皆さんの健闘により、見事! 総合優勝! 6連覇を達成しました。個人戦でも低学年の部で土江芽衣さんが優勝し、城北の選手誰もが好成績を収めました。



【出場選手】

- ☆低学年の部 土江芽衣さん(小2)、岩元奏空さん(小2)、藤原依芙さん(小1)
- ☆中学年の部 土江朔人さん(小4)、飯塚菜々子さん(小3)、來海花香さん(小3)
- ☆高学年の部 平塚留奈さん(小5)、荒河万優子さん(小5)、來海洪貴さん(小6)
- ☆育成者 杉原愛莉さん