

城北公民館だより

No.418

発行日 平成30年12月1日
発行 城北公民館(TEL26-4437)

城北地区の人口2018.10月末現在

3,369 世帯、 7,313 人
男 3,439人、 女 3,874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。

第39回城北文化祭 お礼

10月27(土)・28日(日)に開催いたしました第39回城北文化祭は、盛会裡に終了することができました。

実行委員の皆様をはじめ、ご出演、ご来場、ご協力いただきました皆さまに厚くお礼申し上げます。ありがとうございました。

城北文化祭実行委員会

城北地区防災訓練 お礼

今年の防災訓練は、11月18日(日)、大規模地震を想定した本部設置訓練、広報・通報訓練、町内会・自治会の一時避難所への避難訓練を実施しました。

ご参加、お世話いただきました皆様に厚くお礼申し上げます。ありがとうございました。

城北防災会議(城北地区災害対策本部)

主催：城北地区健康まつえ21推進隊

健康づくり講座「歯周病と糖尿病について」 ご案内

糖尿病を患う方は歯周病になりやすいことがわかってきました。一方で、歯周病になると血糖コントロールが悪くなるともいわれています。松江市歯科医師会理事の三原先生に、歯周病についてお話を聞きますので、ぜひ皆様お誘いあわせのうえお出かけください。

日時：12月13日(木) 13:30~

場所：城北公民館 研修室

講師：三原歯科クリニック院長 三原和彦 先生

申込み：12月10日(月)までに城北公民館(26-4337)へ

※詳しくは、回覧チラシをご覧ください。

主催：文化部 歴史ゼミ<3回シリーズ>

第2回「東京オリンピックへの道」 ～ 修練から楽しむ技能へ～

日時：12月14日(金)

10:00~11:30

場所：城北公民館 研修室

内容：金栗四三の登場
— 金栗マラソンと金栗マラソン足袋 —

講師：松原 高廣 さん

申込み：前日までに城北公民館へ

主催：城北地区町内会連合会、城北公民館

平成31年 城北新春を語る会

恒例となっております「城北新春を語る会」を下記の内容で開催いたします。皆様と一緒に、新年を寿ぎましょう。

日時：平成31年1月5日(土)

15:00~16:30

場所：城北公民館

参加費：1,000円(当日徴収)

申込み：12月14日(金)までに城北公民館へ



“ 今でしょ! 講座 ” <全2回>

「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・生活支援等の構築を考えております。国の医療制度の下、松江医療圏における病院の現状について、2回に分けてお話しいたします。参加費は無料。お申込みは城北公民館(26-4437)へ。

【第1回】

日時：平成31年1月25日(金)

10:00~12:00

場所：城北公民館 研修室

内容：<演題>「病院の役割」

<講師> 松江赤十字病院

院長 大居慎治 氏

【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>「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>「地域連携と退院支援」

<講師> 松江赤十字病院

医療社会事業課課長補佐 奥公明 氏

～振り返り～

11月7日立冬、暦の上で冬が始まる日。外に出るときはもう一枚何かを羽織らないと寒い時季、我が家でもこたつを出してミカンをはお張ったり、潜り込んだりしています。

18日防災訓練を実施。たくさんの方に災害対策本部員として集まっていたいで本部を設置し、また、10の町内会・自治会の参加を得て避難訓練を実施することができました。今年度予定していた城北地区の大きな事業、町内会連合会など地区内各団体と一緒に開催する夏祭り、体育祭、文化祭、防災訓練を終えることができました。

そして師走に入り、来年度の事業について検討する時期でもあることから、あれこれと振り返ってみました。効果的な振り返りは、「頑張ったと思う。」といった感想や反省だ

けではなく、事業の目標とその結果、よし悪しとその要因などを整理し、次の一手を考えることとされています。

そのため、事業を進める中で起きたこと、気づいたこと、指摘されたことなどについて、忘れないようにとメモしています。その際、簡潔に経過も記載し、出来事に関してはなぜそうなったのか、どうすると良かったのかもできる限り記載しています。より良くなるよう工夫できるといいかなと思います。

さて、忘年会シーズンです。今年一年取り組まれたことなどについて、みんなで楽しく飲みながら語り合うことも大切で、振り返りの機会の一つにもなると思います。多い方は何度もあると思いますが、飲みすぎには注意しましょう。反省点が増えるかも。

K

12月 ひよこ学級

「クリスマス会」



今月はクリスマス会です。今年もサンタさんが来てくれます♪お楽しみもありますので、ぜひご参加ください。みんなで一緒に楽しみましょう♪

日時：12月13日(木)

※ 9:45～受付

10:00 開始(時間厳守)

11:30頃 解散

場所：城北公民館 研修室

参加費：300円(当日徴収)

持ち物：子どもさんの飲み物、タオル
その他各自必要なもの

申込み：12月4日(火)までに

城北公民館(26-4437)へ

主催：いいまち振興部

城北の冬味を楽しむ! 「寒の宴」

今年もやります! うまい酒と肴!

日時：平成31年1月19日(土) 18:00～

会場：城北公民館 研修室

申込み：城北公民館(26-4437)へ

※詳しくは、公民館だより1月号でお知らせします。

「中央ブロック公民館 人権研修会」のご案内

日時：2月2日(土) 10:00～15:00

場所：松江市総合福祉センター4階大ホール

内容：【第一部】上映会10:00～11:50
ドキュメンタリー映画「みんなの学校」

【第二部】講演会13:00～15:00

講師 木村泰子さん

(大阪市立大空小学校 初代校長)

演題「みんなの学校がおしえてくれたこと」

参加費：無料(要申込)

定員：230名(先着順、お申込みはお早めに)

申込み・問合せ：城北公民館(26-4437)へ

※昼食は各自でご準備をお願いします。

※詳しくは、回覧チラシをご覧ください。

包丁研ぎ ※原則 家庭用包丁のみ

日時：12月21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のお知らせ

日時：12月1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等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：怪我のないよう保護者・地域の大人を中心に活動したいと思います。

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。

「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よ。
一緒にご飯を作って食べませんか？

日時：12月10日(月) 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：12月4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：12月14日(金) 10:00~11:30

場所：シニアコート石橋町(※現地集合)

内容：にぎわい元気塾、茶話会

参加費：無料

申込み：参加希望の方は、12月11日(火)までに
城北公民館(26-4437)へ

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：12月20日(木) 10:00~11:30

場所：城北公民館 研修室

内容：クリスマス会、プレゼント交換

※参加される方は、500円程度のプレ
ゼントの品に、メッセージを添えて
持参してください。

対象者：城北地区にお住まいの高齢者の方

申込み：12月17日(月)までに
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

「フックカフェ・おれんじ」

& 古本販売同時開催



日時：12月21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&デザート) 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。

香典返し御礼

中 永 秀 繁 様 (東奥谷町)

中 林 勝 様 (比津町)

<故人> 中林 キヨノ 様 (奥谷町)

板 垣 吉 郎 様 (大輪町)

岩 上 和 輝 様 (東奥谷町)

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

平成三十年十一月

紅葉の山に囲まれ中国道

植田こうこ

新蕎麦や食べるも聞くも勇んでる

音田 るり

吾亦紅腹減れば炊く老ひとり

郷原 亜紀

日の温みぬくに影や冬障子

佐川美枝子

Aコース「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：12/7(金)、14(金)、21(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
私達にもできる取り組みを。

12月は地球温暖化防止月間

1997年(平成9年)12月、京都で気候変動枠組
条約第3回締約国会議(COP3)が開かれ、京都
議定書が議決されました。翌年から12月は地球
温暖化防止月間となりました。

近年の異常気象に対して、一人一人が地球温暖
化の原因を考え、改めて防止活動を推進しなけ
ればなりません。暮らしの中での身近な家庭での
電気の使い方、車の利用など考えてみませんか。

正月しめ飾りの臨時収集のお知らせ

<収集かご設置期間>

12月26日(水)~平成31年1月7日(月) 8:30まで


<収集かご設置場所>

○城北幼稚園駐車場付近 ○児守稻荷神社

※「もやせるごみ指定袋」に入れて出してください。

<問合せ先>

市リサイクル都市推進課 (☎55-5281)

- 1日(土) あったかスクラム「おもちつき大会」
「千手院の森」整備
- 2日(日) 市民憲章かるた城北地区大会
国宝松江城マラソン
- 5日(水) さわやかクラブ(2班)
- 7日(金) お助け勉強会、にぎわい元気塾
町内会長会
- 10日(月) オレンジキッチン
- 11日(火) じゃがいも大作戦「収穫日」
城北公民館運営協議会
- 12日(水) さわやかクラブ(3班) 
- 13日(木) ひよこ学級
健康まつえ21推進隊主催「健康づくり講座」
- 14日(金) 歴史ゼミ「東京オリンピックへの道」(第2回)
お出かけ健康教室(inシニアコート石橋)
お助け勉強会、にぎわい元気塾
- 15日(土) 松江市民余芸大会(in 県民会館)
- 16日(日) 地区ファミリーボドミントン大会(城北小体育館)
- 19日(水) さわやかクラブ(4班)
- 20日(木) お楽しみサロン
- 21日(金) 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
- 23日(祝) 子ども会育成会・遊び塾「城北クリスマス会」
- 26日(水) さわやかクラブ(4班)
- 28日(木) 仕事納め(事務室閉室12/29~1/4)

城北公民館 事務室閉室のお知らせ

※12月29日(土)~1月4日(金)は、年末年始のため、事務室を閉室します。公民館を使用される方は、12月28日(金)17時までには鍵を取りに来てください。

城北地区市民憲章推進協議会・城北地区子ども会育成協議会 松江市民憲章かるた城北地区大会のご案内

地区大会で成績がよかった子ども達は、松江市の大会に出場します。お友だちを誘ってたくさん参加してくださいね。

日時：12月2日(日) 13:30~
場所：城北公民館 学習室

※問合せは城北公民館(26-4437)へ。
※市民憲章かるたは城北公民館で貸出しています。
1セット300円で販売もしています。

＜松江市民憲章かるた中央大会＞
日時：1月12日(土) 9:00~12:45頃
場所：松江B&G海洋センター第一体育館

「県立図書館見学に行って」

今日、県立図書館見学をしました。さいしょに図書館の人の話やクイズを聞いたり、図書館の中を見学したりしました。いろんな本がいっぱいあってすごくおどろきました。

いっぱい部屋があってすごいなと思いました。お話が終わると、本をかりるときにすごくまよいました。いっぱい本があるのでぜんぜん決められなくてどうしようと思いました。だけど1さつかりれてすごくうれしかったです。

今日は楽しい見学でした。

「歯の学習をしたよ」

歯の学習でいろいろなことを知りました。ばい菌は液を作ってとかしたり、それをだ液がもどしたり、知っていたことも知らなかったこともありました。

はじめに自分がどんな食べかたをしているか丸をしました。ぼくは、おかしはほとんど食べないのでむし歯にはなりにくいところに丸がつかしました。

さい後に、めあてを書きました。ぼくは、「宿題が終わってからおかしを食べる。」にしました。いい体けんになりました。

「メディアの学習をしたよ」

メディアの学習で、Aさんの日曜日のすごし方を見たら、ゲームやテレビばかりで、早ね早起きもできなくて、宿題もしてなくてびっくりしました。

のうのパワーアップのお話もありました。大切なことは1つ目が「すいみん」2つ目は「学習」3つ目は「テレビスマホをしすぎない」4つ目は「友だちや家ぞくと話す」でした。

メディアせん言も書きました。わたしは、「べん強は、30分~40分する。」と、「お手伝いは、皿やおはしをくばる。」にしました。これからもつづけていきたいです。

城北地区子ども会育成会・城北あそび塾 城北地区クリスマス会

子どもたちみんなあつまれ！
たのしいクリスマス会がはじまるよ♪

と き：12月23日(日・祝) 13:30~
と ころ：城北公民館
☆500円分のプレゼントをもってきてね。

12月 小・中学生対象 お助け勉強会

地域の方が丁寧に教えてくださいます。受講料無料。申込み不要。問合せは城北公民館まで。

日 時：12/ 7(金)、14(金)、21(金)
16:00~17:00

場 所：城北公民館



第70回 歳末たすけあい

松江市民余芸大会 <前売り券発売>

歳末たすけあい松江市民余芸大会が開催されます。公民館で前売り券を取り扱っていますので、ご希望の方は事務室までお声かけください。

日時：12月15日(土) 13:00~(開場 12:00)
会場：島根県民会館 大ホール(全席自由席)
入場料：前売り1,800円(当日2,000円)
小学生以下無料