

# 城北公民館だより

No.404

発行日 平成29年10月1日  
発行 城北公民館(TEL26-4437)

城北地区の人口2017.8月末現在  
3,408世帯、 7,498人  
男3,517人、女3,981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。

～出あって ふれ合って また未来へ～

## 第38回 城北文化祭 & 第13回 城北ジュニアフェスタ



下記の日程で開催いたします。  
皆様お誘い合せの上、ぜひご来場ください。

### 10月28日(土) 13:00~17:00

展示部門(大人・子どもの作品展示)  
お茶席、健康チェック、エコドライブ体験  
池坊いけばなこども体験コーナー(先着30名)  
バスの乗り方教室 など

### 29日(日) 10:00~15:00

※10:00~セレモニー

展示・発表部門(大人の部)  
ジュニアフェスタ(子どもの展示・発表)  
池坊いけばなこども体験コーナー(先着30名)  
抽選会、テント村 など



城北文化祭とジュニアフェスタ同時開催!

※詳しくは、後日配布の全戸チラシをご覧ください。

### バス乗り方教室(城北文化祭協賛事業)

日時: 10月28日(土)

15:30から1時間程度

場所: 城北公民館駐車場  
主催: 松江市交通局  
特典: 城北起点バス路線図、「おためし定期券」を2,000円で販売。(以前購入された方は購入不可)

### テント村

豚丼、炊込みご飯、焼きそば、大判焼き、唐揚げ、古本市 などお楽しみがいっぱい!

## 共催: 城北公民館、城北地区社会福祉協議会 “今でしょ!講座”のご案内 「これを知れば、家での介護も楽になるかも」 <全5回>

### <第1回> 「介護何でも相談」

日時: 10月13日(金) 10:00~11:00

場所: 城北公民館

講師: ケアマネージャー 大屋さん・福田さん

参加費: 無料

申込み: 10月10日(火)までに城北公民館へ



### <今後の予定>

- 第2回 11月16日(木) 10:00~11:00 「あなたの歩き方大丈夫ですか?プロが教えるリハビリ」
- 第3回 12月 8日(金) 10:00~11:00 「こんな時どうしよう。手当のポイント」
- 第4回 平成30年1月11日(木) 10:00~11:00 「咽ることは、実はこわいんです」
- 第5回 // 2月22日(木) 10:00~11:00 「認知症ってなに?どうしたらいいの」 「実践介護の技」

※ 詳しくは、回覧チラシをご覧ください。

主催: 研修部

## 秋の日帰りバス旅行 ~しまなみ海道でみかん狩り~のご案内

尾道の千光寺からの眺めや、瀬戸内の甘いみかん狩りを楽しみましょう。



【日程】 11月15日(水) 受付 7:45~

松江出発 8:00→尾道千光寺ロープウェイ→瀬戸田・みかん狩り→松江帰着 18:00

申込み: 10月2日(月) 9:00より申込み受付開始(電話・FAX可)

城北公民館へ(TEL: 26-4437 FAX: 21-4407)

募集定員: 80名(※定員になり次第締切り)

参加費: 1人 5,000円(※前日までに公民館へ)

※ 詳しくは、回覧チラシをご覧ください。

## 「二の句」

8月から9月にかけて、小学校の新任教員、インターンシップ（職業体験）の学生、職場体験の中学生、二年目研修の市職員の皆さんが公民館で研修されました。大方の研修生が「公民館というところは何をしているのか分からない。でも…」というので、一種の期待と物珍しさに研修先に選んでくれたようです。

そんな研修生に共通して言うのは三つ、「笑顔とあいさつ、考える掃除」です。なかでもあいさつは相手の名前を覚えて「名前を呼んであいさつできるように」、定型のあいさつ語のあとに「二の句が継げられるように」ガンバレ、と発破をかけます。

二の句とは、広辞苑によれば「次に言い出すことば、次のことば」です。二の句が継げないなどのように使います。

定型のあいさつは、おはようございます。こんにちわ。こんばんは（晩じまして）。家族うちなどではなんとなくそぐわない気がするもので、アアとかオオのように省略し、二の句は阿吽の呼吸で済ませます。

公民館では日常的に利用者や地域の皆さん

に、笑顔であいさつしましょうと申し合わせています。その時に、「二の句」を添えると親しみが増します。例えばこんな具合です。「おはようございます。今日は暑くなりそうですね」、登校する子どもたちには「おはよう、行ってらっしゃい」、もし相手の名前や最近の行動を知っていたら、「〇〇さん、おはようございます。旅行はいかがでしたか」のように二の句を継ぐことができます。

さて、親しい間柄でよく使う二の句に、ご苦労さまです、お疲れ様です、があります。これは苦労や疲労を癒しているわけではなく、単なる定型的な二の句ですが、自分なりに工夫してより適切な二の句が継げられるといいですね。私の若いころ、先輩の職員さんは朝出会うと「おはよう、ただもん だんだん」と声をかけてくれました。出雲弁の二の句を懐かしく思い出します。

今年の研修生のあいさつですが、窓の外を通る人にも声をかける真面目さで頑張ってくれました。ただ二の句は年季が入らないと、やはり無理のようです。

by **H.Onda**

## 第45回城北町民体育祭 御礼

第45回城北町民体育祭は、台風のため中止といたしました。

実行委員の皆様をはじめ、ご準備ご協力いただきました住民の皆様にご心よりお礼申し上げます。

また、広告にご協力いただきました方々に心よりお礼申し上げます。ありがとうございました。

第45回城北町民体育祭実行委員会

## 10月 小・中学生対象 お助け勉強会

宿題や課題、問題集などを持ってきてください。アドバイスをしてくださる先生がいらっしゃいます。一緒に考えて答えを見つけましょう◎

日時：10/6(金)、20(金)  
16:30~17:30

場所：城北公民館

対象：小学生・中学生

受講料：無料



主催：文化部 歴史講座 <全6回>  
「島根の明治維新」(第4回)

日時：10月5日(木) 10:00~11:30

場所：城北公民館 研修室

内容：「島根県の成立

(版籍奉還・廃藩置県・島根県)」

講師：安部 登さん(元松江郷土館館長)

10月 ひよこ学級のご案内

「秋のえんそく」



日時：10月12日(木)

出発～13:00頃 帰館

受付終了時間：9:30 ※時間厳守

受付場所：城北公民館

行き先：東出雲町「中海・You遊公園」

参加費：300円(昼食代等)

持ち物：レジャーシート、飲み物(親子)、おしぼり、ティッシュ、ひざ掛けタオル、寒暖調整用の服 など

★昼食としておにぎりを1家族2個用意します。

各自でごはん・おやつ等持ってきてもらって良いです。

★ベビーカーは、バスの荷台に入れておきます。

申込み：10月2日(月)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い合わせください。

# モーニングブックカフェ & 古本販売同時開催!

日時: 10月11日(水) 9:00~11:30  
場所: 城北公民館



<メニュー>

**コーヒーセット 250円**

(パンフェール特製パン&たなべの玉子のゆで卵  
&焙煎したてのコーヒー)

10月のコーヒーは、“エチオピアイリガチャフ”  
です。やや深めに焙煎したコクのある味わいです。

## 包丁研ぎ ※原則 家庭用包丁のみ

日時: 10月11日(水) 10:00~14:00頃

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。

## 城北公民館「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: 10月17日(火)  
14:00~15:30

場所: 更生保護法人しらふじ  
(※奥谷町西原、現地集合)

内容: カラコト太極拳体操、茶話会

参加費: 200円

申込み: 参加希望の方は、10月13日(金)までに  
城北公民館(26-4437)へ



共催: 城北健康増進ウォーキング教室、城北寿会連合会

## 「秋の城北ウォーキング」のご案内

どなたでも参加できます。たくさんのご参加  
お待ちしております。

日時: 10月7日(土) ※小雨決行  
9:00~10:30

集合・受付: 9:00

集合場所: 城北小学校体育館

コース: 松江城山周辺コース

申込み: 不要



## 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: 10/13(金)・20(金)  
10:00~11:00(60分)

場所: 城北公民館

受講料: 1回(60分) 500円

城北公民館吾亦紅句会

平成二十九年九月

草引けば茗荷みつけし二つ三つ

植田こうこ

草を抜き牛乳飲むや彼岸来る

音田るり

石仏の笑に誘われ木の実降る

北村 米子

ベビーカーに双子につり秋揚羽

郷原 亜紀

ふりしぼる声澄みとおりの法師蟬

佐川美枝子

## 松江市公民館中央ブロック市民学習発表会

(雑賀・白湍・城東・城西・朝日・城北)

## 「どまんなか! あっぱれフェスタ2017」

「どまんなか! あっぱれフェスタ」は、中央ブロックの各  
公民館で活動しておられるサークル・教室の皆さんの  
発表会です。

開会セレモニーのアトラクションは「しらとり保育  
所」園児の皆さんによる和太鼓です。城北地区から  
は、「城北銭太鼓クラブ」「城北ラウンドダンス」「城北ひ  
なげし」「城北太極拳同好会」の皆さんが出演されます。  
ご来場の皆さんとともに深まる秋の一日を楽しく過  
ごしましょう! お楽しみイベント、飲食コーナーも  
あります。ぜひお出かけください。

日時: 11月18日(土)

開会 9:30~ 閉会 15:30

会場: 松江市総合福祉センター 4階 大ホール

※詳しくは、公民館窓口においてあるチラシを  
ご覧ください。

## 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: 10月19日(木)  
10:00~11:30頃

場所: 城北公民館 研修室

内容: ★軽スポーツ

スカットボールなど楽しく体を動かし  
ましょう。

★茶話会

対象者: 城北地区在住の高齢者

※ 会員募集は随時行っております。

- 1日(日) 秋季クリーンまつえ
- 2日(月) 文化部会
- 4日(水) さわやかクラブ(3班)
- 5日(木) 歴史講座「島根の明治維新」(第4回)
- 6日(金) お助け勉強会  
松江市高齢者福祉大会
- 7日(土) 城北ウォーキング教室・寿会「秋の城北ウォーキング」
- 8日(日) 市民体育祭「ニュースポーツ大会」
- 10日(火) じゃがいも大作戦「観察会」
- 11日(水) ブックカフェ、包丁研ぎ  
さわやかクラブ(4班)  
町内会・自治会長会  
あったかスクラム定例会
- 12日(木) ひよこ学級(遠足)
- 13日(金) 今でしょ! 講座「家での介護も楽になるかも」(第1回)  
にぎわい元氣塾  
特定計量器定期検査
- 14日(土) 市少年少女グラウンドゴルフ大会 (in市ニュースポーツ公園)
- 15日(日) 地区ペタンク大会 (in城北小校庭)
- 17日(火) お出かけ健康教室 (in奥谷町西原・しらふじ)
- 18日(水) さわやかクラブ(5班)
- 19日(木) お楽しみサロン
- 20日(金) にぎわい元氣塾  
お助け勉強会
- 22日(日) 衆議院選挙投票日(※9/24現在の予定)
- 23日(月) 結核・肺がん検診(ラパン城北店、奥谷)
- 25日(水) さわやかクラブ(1班)
- 28日(土) 文化祭(大人・子ども 展示の部)  
寿会材測定グラウンドゴルフ大会(城北小体育館・校庭)
- 29日(日) 文化祭(大人・子ども 展示・発表の部)
- 30日(月) 松江市社会福祉大会 (inプラバホール)
- 31日(火) じゃがも大作戦「観察会」



### 「修学旅行の思い出」 (6年男子)

1日目、平和公園については、色々回りながらお話を聞いて、特にすごかったところは資料館と原爆の子の像でした。たくさんのお鶴や写真などがとても印象に残り、これからは平和であるといいと思いました。

2日目は、マツダミュージアムとみろくの里に行きました。カッコいい車ばかりあったマツダでは、ぼくも早く車に乗りたいなと思いました。みろくの里ではいろんな乗り物に乗りました。初めてだったけど、友達もいっしょでとても楽しかったです。

今回の修学旅行は、いっぱい学んで、いっぱい楽しんで、とてもいい思い出になりました。

### 「修学旅行で学んだこと」 (6年女子)

私は、修学旅行でたくさんのお話を学びました。まず、原爆ドームを見ました。写真で見るとよりすごい迫力で、こんなに原爆がおそろしいんだと分かりました。次に、時計台を見ました。平和の時計台は、毎日、原爆が落とされた時間、8時15分に鐘がなると説明を聞いて、この鐘の音を聞いた人は、いつも原爆のことを思い出さずにはいられないなと思いました。次に、平和の鐘というところに行きました。そこには、蓮が咲いていました。ガイドさんが、被爆者の方が、天国で蓮の花の上に座って、おだやかな気持ちでおられるだろうと説明をされて、本当にそうだなと思いました。私は、実際に平和の鐘を、世界の平和を祈って鳴らしてみました。すると、「ゴーン」と美しい音が響きました。

次に、資料館で様々な展示を見ました。ボロボロになった洋服などの展示を見ていると、私自身が、その場において原爆の被害にあっているような気持ちになりました。

私は、この修学旅行で、平和の大切さを実感しました。そして、未来をつくる一人として、核兵器のない世界をつくっていきたくと思います。

### 「修学旅行で学んだこと」 (6年男子)

ぼくは、この修学旅行で戦争の悲惨さ、悲しみ、平和の大切さを学びました。

実際に被爆体験された方のお話を聞きました。被爆直後の様子や被害のことを細かく話してくださいました。戦争を知らないぼく達のために時間を作ってくださったのは、戦争の恐ろしさや悲惨さを覚えてほしいという思いがあったからだと思います。

資料館や原爆ドームを見学しました。その当時の展示物を見て、ぼくは原子爆弾の恐ろしさを知りました。展示物の中でも特に8時15分で止まった時計が印象的でした。

平和公園には、平和の灯がありました。核兵器が全世界からなくなるまで、戦後から現在も燃え続けていることを聞いて、早く灯が消える世界になってほしいと思いました。

原爆の子の像には、たくさんのお鶴があり、その量に驚きました。世界の人達の平和を願う思いが1羽1羽に込められていて、僕も思いを込めて折った鶴を広島に持って行くことができうれしかったです。

戦争は決してあってはならないとつくづく感じました。また、今でも原爆で苦しんでいる人もたくさんいると思うと、とても悲しくなります。1日も早く、核兵器のない世界に向けて、御堂さんがぼく達に伝えてくださったように、世界に平和の尊さや原爆の恐ろしさを伝えていき、戦争のない、平和で幸せな世界になってほしいと思いました。

## 秋季クリーンまつえ

日時：10月1日(日) 7:30～8:30

## がん集団検診のご案内

【結核・肺がん】

日時：10月23日(月)

受付時間	検診会場
8:00～9:00	東奥谷町 ラパン城北店駐車場
9:20～9:40	奥谷町 千手院付近県職員宿舎
10:00～10:30	奥谷町 春日神社駐車場