

朝日公民館だより

鉄道の開通とともに発展したまち「あさひ」

令和元年 11 月 NO. 378
TEL:21-3432 / FAX:21-3717
mail asahi-ph@mable.ne.jp
ホームページ
『松江市朝日公民館』で検索

朝日文化祭

日時 10月26日(土) 13:00 ~ 16:30 会場 朝日公民館
27日(日) 10:00 ~ 15:00 第三中学校ピロティ・駐車場
皆様のご来場を心よりお待ちしております

ヘルシークーンとアツプ講座 冬のおうち薬膳料理教室

薬膳をおうちのメニューにちょっと取り入れてみませんか。難しいイメージのある薬膳ですがおうち薬膳は普段のメニューにも取り入れやすい内容です。身体への効果はもちろん！美味しく！また目でみて楽しいメニューを教えてください。ぜひご参加ください。

日時 12月6日(金) 10:00 ~ 13:00
場所 朝日公民館
講師 自然食品 ひまわり 薬膳セラピスト 伊達容子さん
参加費 500円
定員 15名
持ち物 エプロン・三角巾・タオル
その他 初めに 30 分程度薬膳についてお話があります。
申込み 11月26日(火) までに朝日公民館へ連絡ください。
*この事業は篤志寄付金配分金(香典返し)の助成を受けて実施しています。



わんぱく教室 -中央幼稚園に遊びに行こう-

今月は中央幼稚園に行き、幼稚園のお兄さん・お姉さんと一緒に遊んだり、園庭で焼き芋をしたりします。皆様のご参加お待ちしております！

日時 11月14日(木) 10:00 ~ 11:30 (集合 9:45)
場所 中央幼稚園(現地集合)
※お車で越しの方は、中央小校庭(フェンス沿い)に駐車ください
対象 未就学の乳幼児とその保護者
持ち物 お茶
申込み 11月6日(水) までに朝日公民館へお申し込みください



※雨天の場合は遊戯室での自由遊びになり、焼き芋は翌15日(金)に延期されます。
15日も幼稚園開放日ですので自由に参加できますが、わんぱく教室としての参加は14日のみとなります。

パソコン教室 年賀状を作ろう

パソコンで年賀状を作ってみませんか？講師の方が丁寧に指導されるのでぜひ挑戦してみてください。年賀状以外のことにも対応します。パソコンをお持ちの方はご持参ください。

日時 11月20日(水) 22日(金) 10:00 ~ 11:30
場所 朝日公民館 図書室
講師 高木峰子 さん
受講料 500円(2日分)
申込み 11月15日(金) までに朝日公民館へお申し込みください



ご家庭の生活に合わせた省エネ対策！

うちエコ診断 デモンストレーション



日時 11月6日(水) 10:00 ~ 12:00
(お話は 10:30 ~)
場所 朝日公民館 和室



11月の「喫茶あさひ」では、しまねエコライフサポートセンター～エコサポしまね～から「うちエコ診断士」の方に来ていただき、うちエコ診断のデモンストレーションをしていただきます。福祉推進員がお待ちしております。

朝日体協より 朝日地区卓球大会

朝日地区卓球大会を下記の日程で開催します。参加の申し込みは各地区の体育委員さんへお願いします。多数のご参加お待ちしております。

日時 11月24日(日) 8:30 開会式
場所 第三中学校第二体育館



高齢者の交通事故防止運動 11月1日~21日

全ての市民が、高齢者の身体機能や運転特性に関する認識と理解を深め、高齢者に対する思いやりのある運転等を励行するとともに、高齢者自身が身体機能の変化を認識した安全運転や安全行動の実践を習慣づけることにより、高齢者の交通事故防止を図りましょう。

-運動の重点・推進事項-

- 反射材着用の推進
- 道路横断時の安全確認の徹底
- 横断歩行者の保護と早めのライト点灯
- 高齢運転者の交通事故防止

中央小学校の皆さんへ かるた大会のご案内

松江市市民憲章かるた地区大会を開催します。多数の児童の参加をお待ちしています。詳細については中央小学校を通して配布するちらしをご覧ください。

日時 12月7日(土) 9:30 ~ 11:30
 場所 朝日公民館 集会室
 対象 中央小学校 1~6年生



どまんなか! あっぱれフェスタ

中央ブロックの公民館(城東・城北・城西・白潟・朝日・雑賀)で活動されているサークルや団体の発表会を開催します。朝日公民館からは4団体(朝日女声コーラス・フレンズあさひ・相撲甚句会・心とからだにやさしいダンスを楽しむ会)が出演されます。参加無料ですので皆さんぜひお越しいただきご覧ください。軽食の販売や、最後にはお楽しみ抽選会もあります。発表内容等、詳細は回覧チラシをご覧ください。多数のご来場お待ちしております。



日時 11月16日(土) 9:30 ~ 15:10
 会場 松江市総合福祉センター(松江市千鳥町 70)

朝日グラウンドゴルフ

グラウンドゴルフは、骨・関節・筋肉など体を支えたり動かしたりする運動器の機能の低下予防や、転倒予防に効果があるといわれています。楽しく体を動かして心の健康も維持しつつ健康寿命を伸ばしましょう。

開催日 原則毎週 水曜日・金曜日

行事予定表で確認ください

時間 9:15 ~ 11:00

場所 三中第二グラウンド

参加費 無料



朝日麻雀 だぼら会

(健康マージャン)

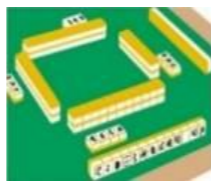
初心者大歓迎!! 頭と指先を使い、楽しく会話をしながらの健康麻雀は老化防止等に効果があります。申し込みは不要ですので、皆さんお気軽にご参加ください。

日時 11月7日(木) 21日(木)

13:30 ~ 16:30

場所 朝日公民館

参加費 100円



朝日公民館からのお願い

公民館での活動写真を広報誌やホームページ等に掲載させていただく場合があります。あらかじめご了承ください。

また、参加者が撮影された写真や動画に関しましては、個人が特定されるもの、他の方が写りこんだもの等の取扱いには十分注意いただき、SNS等インターネットやその他への掲載についてはご配慮いただきますようお願いいたします。

11月の行事予定(10/21現在)

日	曜	行事等	日	曜	行事等
1	金	青パト 民児協	16	土	日本語ひろば どまんなか! あっぱれフェスタ
2	土	日本語ひろば	17	日	
3	日	文化の日 朝日地区グラウンドゴルフ大会	18	月	休館日
4	月	振替休日 女声コーラス	19	火	ふれあい茶話会 青パト
5	火	青パト	20	水	パソコン教室 てらこや グラウンドゴルフ
6	水	喫茶あさひ てらこや グラウンドゴルフ	21	木	健康麻雀
7	木	親子読書 健康麻雀	22	金	パソコン教室 青パト 小原流
8	金	青パト グラウンドゴルフ 小原流	23	土	勤労感謝の日 日本語ひろば
9	土	日本語ひろば 防災訓練	24	日	朝日地区卓球大会
10	日	Smile ママ	25	月	ジャガジャガ交流会 女声コーラス
11	月	女声コーラス	26	火	三中生と乳幼児の交流会 青パト
12	火	青パト	27	水	中央ブロック人権研修 グラウンドゴルフ
13	水	グラウンドゴルフ	28	木	中央ブロック人権研修
14	木	わんぱく教室	29	金	青パト グラウンドゴルフ 民児協
15	金	青パト グラウンドゴルフ	30	土	日本語ひろば

香典返し御礼

若 槻 義 延 様 (東朝日町)

故人のご冥福を心からお祈り申し上げます
 ありがとうございます

事務室閉鎖のお知らせ

11月18日(月) 27日(水) 28日(木)

は事務室を閉鎖いたします。公民館を利用される方は、あらかじめ鍵を取りに来ていただきますようお願いいたします。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。