

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2年2月 NO. 381

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

ボウリング大会

ボウリングは子どもから高齢者まで誰でも楽しむことができるスポーツです。朝日地区にお住まいの方ならどなたでも参加できますので、家族や友達などお誘い合わせご参加ください。上位入賞者には賞品もありますよ。

日時 3月7日(土) 13:00~14:30頃 (12:50 集合) [現地集合・解散]

会場 宍道湖ボウル (乃木福富町 329)

参加費 一般 800円 高校生以下 400円 [ゲーム代・シューズ代含む]

内容 ボウリング2ゲーム

定員 30名 (先着順)

申込み 2月21日(金) までに朝日公民館へお申し込みください

備考 順位を決定する上で、女性と小学生以下にはハンディキャップをつけます。

公民館から宍道湖ボウルまでの送迎車があります。ただし先着9名までです。利用される方は申込時にお知らせください。(利用者は12:30 公民館集合)



日時 2月5日(水) 10:00 ~ 12:00

場所 朝日公民館 和室

メニュー
コーヒー
紅茶 抹茶
(お菓子付き)
200円



皆さんお気軽にお越しください。福祉推進員がお待ちしています。



高齢者大学 ~歌を楽しもう♪~

懐かしい歌や青春時代に流行した歌など、皆で歌って楽しいひと時を過ごしましょう♪声を出すことは健康にもつながると思います。皆さんのご参加お待ちしております。

日時 2月14日(金) 13:30~14:30

場所 朝日公民館 集会室

講師 岡田正樹氏

参加費 無料

申込み 2月10日(月) までに朝日公民館へお申し込みください



体力アップ! 若返り講座 体力測定会 -朝日健康まつえ21推進隊-

皆さん自分の体力がどれくらいあるかご存知ですか? この機会に自分の体と向き合い身体若返りを目指しましょう! 今までしたことがなかった測定もできるかもしれませんよ。また、松江市の保健師や、日本調剤松江薬局の方にも日々の気になることを相談できます。どなたでも参加できますので、お誘い合わせお越しください。

日時 3月4日(水) 13:30~15:00

場所 朝日公民館 集会室

内容 ①健康チェック(体組成計など)

②体力チェック(筋力・柔軟性・バランス力測定など)

③保健師健康相談

参加費 無料

申込み 2月28日(金) までに朝日公民館へお申し込みください

※ 上靴を持参の上、動きやすい服装でお出かけください

※ 素足で測定する場合がありますのでストッキング等の着用はお控えください



わんぱく教室 ミニコンサート&茶話会

子どもが喜ぶおなじみの曲から、お母さんへ贈る癒しの曲まで。お友だちと一緒に楽しいひとときを過ごしましょう! 皆さんのご参加お待ちしております。

日時 2月12日(水) 10:00~11:30 (集合9:45)

場所 朝日公民館 集会室

対象 未就学の乳幼児とその保護者

持ち物 子どものお茶

申込み 2月7日(金) までに朝日公民館へお申し込みください



松江市市民憲章かるた中央大会

12月7日(土) 朝日公民館で「松江市市民憲章かるた地区大会」が開催され、代表選手が1月18日(土) に松江市総合体育館で開催された「松江市市民憲章かるた中央大会」に出場しました。出場した選手の皆さんは大勢の中での大会で緊張しながらも、一人一人が一生懸命かるたを取りました。高学年個人の部で朝日地区の子どもが第3位になるなど健闘しました。



中央小1年生昔のあそび お礼

1月16日(木)に行われた、中央小学校1年生の昔のあそびでは、12名の地域ボランティアの方々にお世話になりました。大変にぎやかの中、大人は昔に戻った笑顔で子ども達との触れ合いの時間を過ごしておられました。



新しい本が入りました

- ♣ はなさかじいさん
- ♣ さむがりやのねこ
- ♣ おんなじおんなじ
- ♣ ふみきりくん
- ♣ おうさまのたからもの
- ♣ くんちゃんのだいらよこ
- ♣ ブレーメンのおんがくたい
- ♣ まちのねずみといなかのねずみ
- ♣ おしりたんてい プブッおどろぼうあらわ
- ♣ おしりたんてい プブッおしりたんていがふ
- ♣ こぶとりじいさん
- ♣ ねことねずみ
- ♣ えんとつ町のプペル
- ♣ まるくておいしいよ

わいわいサロン
(乳幼児健康相談)

日時 2月25日(火)
10:00~11:30

場所 朝日公民館 和室

持ち物 母子健康手帳

内容 保健師による子育て・健康相談
お子さんの身体測定

※予約は不要です。
お気軽にお越しください。

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 2月6日(木) 20日(木)
13:30 ~ 16:30

場所 朝日公民館

参加費 100円



2月の行事予定 (1/22 現在)

日	曜	行事等	日	曜	行事等
1	土	日本語ひろば	16	日	松江市卓球大会
2	日		17	月	女声コーラス
3	月	女声コーラス	18	火	女性学級 青パト
4	火	抹茶交流会 青パト	19	水	社協 グラウンドゴルフ
5	水	喫茶あさひ グラウンドゴルフ	20	木	健康麻雀
6	木	親子読書 健康麻雀 青少協 人権相談	21	金	青パト
7	金	中央ブロック職員研修 青パト グラウンドゴルフ 民児協	22	土	
8	土	日本語ひろば	23	日	天皇誕生日
9	日		24	月	振替休日
10	月	女声コーラス	25	火	青パト わいわいサロン
11	火	建国記念の日	26	水	グラウンドゴルフ
12	水	わんぱく教室 グラウンドゴルフ	27	木	味噌づくり
13	木	味噌づくり	28	金	青パト グラウンドゴルフ
14	金	高齢者大学 青パト グラウンドゴルフ	29	土	日本語ひろば
15	土	日本語ひろば			

* 事務室閉鎖のお知らせ *

2月7日(金) 15時から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。

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。