

## 2月の行事予定（1/21 現在）

日	曜	行事等	日	曜	行事等
1	月		16	火	青パト
2	火	青パト	17	水	グラウンドゴルフ
3	水		18	木	健康麻雀
4	木	健康麻雀	19	金	青パト グラウンドゴルフ
5	金	わんぱく教室 民児協 青パト グラウンドゴルフ	20	土	日本語ひろば
6	土	日本語ひろば	21	日	
7	日		22	月	女声コーラス
8	月	女声コーラス	23	火	天皇誕生日
9	火	青パト	24	水	グラウンドゴルフ
10	水	グラウンドゴルフ	25	木	
11	木	建国記念の日	26	金	青パト
12	金	歌と踊りの会 人推協全体会 青パト	27	土	防災会議 日本語ひろば
13	土	日本語ひろば	28	日	
14	日				
15	月	女声コーラス			

# 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3年2月 NO. 393

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

## 乳幼児学級 わんぱく教室

【閉講式 ～手形アートとミニコンサート～】

今年度最後のわんぱく教室です。

春から大きく成長した手で手形アートを作りましょう！そして、ミニコンサートでは親子で癒しのひとときを過ごしましょう♪

皆様のご参加お待ちしております。

日時 3月5日（金）10:00～11:30（9:45集合）

場所 朝日公民館 和室

持ち物 お茶など各自必要なもの

申込み 2月26日（金）までに朝日公民館へお申込みください

※毎年実施している、身体測定と花餅作りは行いません



## 今考える私の健康 体力測定会

皆様ご自身の体力がどれくらいあるかご存知ですか？この体力測定会を通して、ご自身の健康を考える機会にしてみませんか？「握力測定」「立ち上がりテスト」など体力チェックのほか、「骨密度測定&試飲」（株式会社目久美）などの健康チェック。「手洗いチェッカー」で手洗いチェックなど普段できない測定もあります。また松江市の保健師さんに日々の気になることを相談もできます。どなたでも参加できますので、ぜひお誘い合わせのうえご参加ください。

日時 3月11日（木）10:00～11:30

場所 朝日公民館 集会室

- 内容
- ①健康チェック（身長・体重・骨密度）
  - ②体力チェック（握力・立ち上がりテスト）
  - ③手洗いチェッカー
  - ④保健師によるフレイルチェック※1

※1フレイルとは、「加齢により心身の機能が低下した状態」のことをいいます。

参加費 無料

申込み 3月3日（水）までに朝日公民館へお申し込みください

- その他
- ・上靴を持参の上、動きやすい服装でお出かけください
  - ・当日は検温等体調をご確認の上お越しください。咳・鼻水・発熱等の症状がある場合、参加をお控えください。
  - ・新型コロナウイルス発生状況によっては中止、もしくは内容を変更する場合があります。



## 朝日シニアクラブ『味噌づくり』のご案内

添加物の入らない安心・安全な味噌づくりに挑戦しませんか。シニアクラブの皆さんはぜひご参加ください。ご参加お待ちしております。

日時 2月26日(金) 13:30~  
場所 朝日公民館 調理室  
定員 16名(定員になり次第締め切ります)

対象者 シニアクラブの皆さん

参加費 500円

持ち物 持ち帰り用タッパー(5ℓ程度のもの)・エプロン・三角巾

申込み 2月10日(水)までに朝日公民館へお申し込みください

主催 朝日シニアクラブ

※ 新型コロナウイルス感染症の状況により中止となる場合があります。



【みなさんのご意見をお聞かせください】

### 「松江市伝統文化芸術振興計画(案)」にかかる意見募集

誰もが松江の伝統文化芸術を誇りに思い、心豊かになれるまちの実現に向けて「松江市伝統文化芸術振興計画(案)」を作成しました。市民の皆様からご意見を募り、より実効性の高い計画を策定したいと思っております。幅広くご意見をお寄せいただきますようお願いいたします。

募集期間 2月16日(火) 17時まで

閲覧場所 市ホームページ、本庁・支所行政資料コーナー、各公民館

問合せ先 地域振興課(〒690-8540 末次町86)

☎55-5519 FAX55-5665 メール chiiki@city.matsue.lg.jp

ホームページ [松江市 伝統文化芸術計画 意見募集](#) で検索

## Wi-Fiが使えるようになりました

公民館内に無線LAN(Wi-Fi)設備が整えられ2月1日よりサービスを利用することができます。

インターネットでのオンライン会議や講習などにご利用ください。

利用を希望される方は事務室までお知らせください。

なお、利用規約に同意していただく必要があります。

【Wi-Fi設備の目的】

・公民館を「自宅にWi-Fi環境が無い児童・生徒」の家庭学習の居場所の一つとする。(年度内を目途に、市立学校におけるオンライン授業等の環境整備を進めているが、各家庭においてWi-Fi環境が整っていない割合が一定数あるため)

・貸館利用者が3密を避けるため、オンラインでの会議や講習を実施することができる環境を整える。

## 新しい本が入りました

- ♣いろいろななかぞくのほん
- ♣パウルのスケッチブック
- ♣みえるとかみえないとか ♣てをつなぐ
- ♣ごろりん ごろん ごろろろ



### わいわいサロン (乳幼児健康相談) 中止のお知らせ

2月16日(火)に予定していました「わいわいサロン(乳幼児健康相談)」は中止となりました。  
ご迷惑をおかしますがご理解いただきますようよろしくお願いいたします。

### 喫茶あさひ中止のお知らせ

2月3日に予定していました「喫茶あさひ」を中止いたします。  
参加を考えておられた方にはご理解のほどよろしくお願いいたします。

## 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 9:30 ~ 11:00

(2月より開始時間を変更します。)

お間違えのないようお越しくください

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)

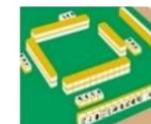
初心者大歓迎!!頭と指先を使い、楽しく会話をしながらの健康麻雀は老化防止等に効果があります。申し込みは不要ですので、皆さんお気軽にご参加ください。

日時 2月4日(木) 18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。