



## 古江のピンピンころりん 健康まつえ21推進隊

松江市は平成22年に、すべての市民が健やかに暮らせるまちづくりを目指して「健康都市まつえ」宣言を行いました。それに合わせ各地区で結成された「健康まつえ21推進隊」の活動が始まりました。地区の健康課題を見つけ、対策を考え活動することがその役目です。

介護を受けたり、寝たきりにならず、日常生活を送れる期間を「健康寿命」といいますが、自立した日常生活を送るためには健康診断やガン検診を進んで受診し、早期発見・早期治療につとめることが大切です。「古江地区健康まつえ21推進隊」は、今年健康ウォーキングや検診日前日の巡回広報を行った他、先頃は子供と高齢者のペアグラウンドゴルフ大会を行いました。各ホール毎に健康クイズもあって参加者は大変楽しいひと時を過ごしました。

このように日頃から体操など身体を動かしたり、栄養バランスのよい食事を心がけ健康管理をしていけば「健康寿命」がさらに一年延びるでしょう。

家庭と地域の皆で支え合って生涯現役を目指し「ピンピンころりん」で終わりたいものです。

### お知らせ

## わいわいサロン(乳幼児健康相談)

松江市の保健師さんによる乳幼児の健康相談をおこないます。お気軽にお越しください。

日時 11月25日(火) 10:00~11:30

場所 古江公民館 ふれあい会館

母子手帳をお持ちください

新しいおもちゃがはいりました!

### お知らせ

## 人権に関する講演会

日時 11月26日(水) 18:30~19:30

場所 湖北中学校 ミーティングルーム

内容 演題「性的少数者の人権」

講師 島根県人権啓発推進センター

啓発指導講師 實重徹之様

主催 古江地域人権・同和教育推進協議会

・申込み不要  
・直接お越しください。

### 報告!

## 古江体育協会結果

### 古江地区 グランドゴルフ大会

☆個人の部 (男子)	(女子)	☆団体の部
第1位 野津幸次(蔵浜団地A)	山根千鶴子(蔵浜団地A)	第1位 蔵浜団地A
第2位 南波 進(西長江A)	秋鹿文子(蔵浜団地A)	第2位 朝日ヶ丘
第3位 小澤邦明(朝日ヶ丘)	木村恵子(蔵浜団地A)	第3位 西浜佐陀

### 第37回古江地区 町民駅伝競走大会

☆総合順位  
第1位 西浜佐陀A 第2位 古曾志 第3位 東長江A

☆区間賞

1区 多久和雅人(古曾志)	5区 多久和 邦章(古曾志)
2区 井原 真(西浜佐陀A)	6区 山根 秀斗(古曾志)
3区 長野 高明(古志)	7区 井原 志樹(西浜佐陀A)
4区 井原 孝夫(西浜佐陀A)	



## きしゃぼっぽ教室

日時 11月27日(木) 10:00~11:30

場所 古江幼稚園(9:50現地集合)

持ち物 タオル、お茶

古江幼稚園のお兄さんお姉さんと遊びましょう

※詳細につきましては、ハガキでお知らせします。

### 募集!

生涯学習講座

大人のための

## ~消しゴムはんこ作り教室~

日時 12月5日(金) 13:30~15:30

場所 古江公民館 講堂

準備物 必要な方は彫刻刀

会費 500円

定員 20名(先着順)

\*\*\*講師\*\*\*  
Pomprange  
長野真紀様です



## ~クリスマス寄せ植え講座~

日時 12月11日(木) 10:00~11:30

場所 イングリッシュガーデン 園芸ルーム

準備物 エプロン、軍手

会費 2,500円

定員 30名(先着順)

\*\*\*講師\*\*\*  
イングリッシュガーデン副所長  
目次 博明様です



### 募集!

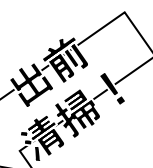
## 清掃ボランティアのお願い

日時 11月9日(日) 7:00~8:00

集合場所 Aコープ古江支店付近 (雨天中止)

清掃場所 国道431 寺津坂 Aコープ付近

皆様のご協力をお待ちしております



### 募集!

## 根っこのつどい事業 スクラップブック サポーター

古江社会福祉協議会障がい者福祉部会では事業開催時のサポーターを募集しています。

日時 11月15日(土) 9:20~

場所 古江公民館


問合せ 古江公民館(電話36-8054)

## ◆◆ご寄付のお礼◆◆

香典返しとして古江社会福祉協議会へご寄付をいただきました。謹んで故人のご冥福をお祈りいたします。

河原 史佳 様

~古江社会福祉協議会~

月	火	水	木	金	土	日
<div style="border: 2px solid black; padding: 10px; margin: 0 auto; width: 80%;"> <h2 style="margin: 0;">11月の行事予定</h2> <p style="margin: 0;">※行事予定は変更になることがあります</p> </div>					1	2
					古江地区文化祭	
					子供書道 囲碁教室 ゆめ座	日舞
<b>3</b> 文化の日 	4 女性部会  大正琴 ラウトダンス 詩吟	5  ステップ21 尺八	6 松北ブロックふるさとづくり事業  フォークダンス フラダンス	7 交通安全県民大会  ふれあい体操	8  生花 大人書道	9 清掃ボランティア  日舞
10 館報編集委員会  ステップ21	11 女性部視察研修  ラウトダンス 日本画 詩吟	12  ステップ21 絵手紙 尺八	13	14 公民館建設委員会 交通安全総決起大会(アルバホール)  歌謡教室	15 根っこのつどい  子供書道 囲碁教室 ゆめ座	16
17  ステップ21	18 見守り 文化祭実行委員会  大正琴 ラウトダンス 詩吟	19 給食サービス  ステップ21 尺八	20 あったか定例会  フォークダンス フラダンス	21  水彩画	22 こころの講演会  生花 大人書道	23 勤労感謝の日  日舞
24 振替休日  俳句会 ステップ21	25 わいわいサロン  ラウトダンス 日本画	26 人権に関する講演会(湖北中)  ステップ21 尺八	27 きしゃぽっぽ	28 見守り  歌謡教室	29 ジュニアリーダー 研修(サン・レイク)	30 ジュニアリーダー 研修(サン・レイク) 上下交流研修会 (奥出雲) 町民卓球大会

**お知らせ** **ふるえ人権かるた大会**

「ふるえ人権かるた」は地域の皆様の協力で製作されたものです。かるたとりを通して交流を深めましょう。

日時 **11月1日(土)15:00~**  
(オープニング終了後)

場所 **イングリッシュガーデン 多目的ホール**

お家の人もいっしょにご参加ください！  
参加賞もあります！

**表彰**

第29回交通安全高齢者の主張 松江地区大会  
優秀賞 奥田 富栄 様

松江市社会福祉大会 松江市社会福祉協議会会長感謝


上田多賀子 様  
干田尾頼子 様

🌸 受賞おめでとうございます。

**高齢者の交通事故防止運動**

☆運動の重点☆

- ・夜光反射材着用の推進
- ・道路横断時における安全確認の徹底
- ・夕暮れ時・夜間のスピードダウンの徹底  
と早めのライト点灯
- ・高齢者への思いやり・保護活動の推進



高齢者おうえんキャラクター  
「しままる」

☆運動期間☆ **10月21日(火)~11月10日(月)**

## コミュニティバスの利用実績

1便あたり2人以上が基準です。  
存続のため皆様のご利用をお願いします。



路線名	平成26年9月	平成26年8月
畑谷線	1.27 人/便	1.36 人/便
成相寺・野間循環線(右)	2.71 人/便	2.68 人/便
成相寺・野間循環線(左)	4.63 人/便	1.86 人/便
合計	3.00 人/便	2.06 人/便

古江吟社 十月 選集

秋高し婚儀さきはふ大社  
人よりも草木の親し秋の風  
猫車鉄つみて行く秋日和

龍 白 健  
郎 牛 中

気持ちちはね  
言葉に出さなきや  
分らない  
井原夏実  
(ふるえ人権かるたより)

