

法吉公民館だより

平成30年11月1日

第 426 号

松江市法吉公民館

松江市比津町308-4

電話 21-4966

FAX 21-5509

E-mail hokkik@mable.ne.jp

法吉地区防災訓練について

イザ！という時に円滑な避難や支援ができるように、今年は大規模地震による災害を想定して防災訓練を行います。訓練では「災害時における地域での助け合い」による要援護者への安否確認と地区災害対策本部の運営訓練を行います。今回は“島根県総合防災訓練”が法吉地区で開催されることもあり県と合同で実施することになりました。皆様のご参加とご協力をお願いいたします。

日 時：11月25日（日）8:30～14:00

会 場：法吉小学校（体育館）

内 容：地区災害対策本部の運営訓練、要援護者等の安否確認
情報伝達訓練、一時避難所への集合訓練、避難誘導



人権 視察研修のご案内

法吉地区人権教育推進協議会

法吉地区人権教育推進協議会では、毎年様々な人権問題をより深く学ぶために、視察研修を行なっています。今年度は広島で平和学習を行います。原爆の爆心地にもっとも近い学校であった本川小学校に残されている平和資料館や、平和記念公園をボランティアガイドさんに解説していただきながら歩いたり、昨年リニューアルした、平和記念資料館の東館の見学もします。今一度、広島の地で平和の大切さや命の尊さについて考えてみませんか。地域の皆様のご参加をお待ちしております。

日 時：11月14日（水）7:30～18:00

行 程：法吉公民館 出発（7:30）⇒ 本川小学校平和資料館（10:30～11:30）⇒ 昼食 ⇒ 平和記念資料館

【平和記念公園及び周辺の慰霊碑等の解説・館内見学】（12:45～15:00）⇒ 法吉公民館 到着（18:00）

参加費：2,000円 募集人数：40名 ※定員になり次第、締め切ります。

申 込：11月5日（月）から受付を開始いたします。

認知症になっても安心して暮らせるまちを目指す 認知症サポーター養成講座

法吉地区社会福祉協議会

認知症の症状、認知症の方への対応などについて、介護または専門の立場から分かりやすくお話をさせていただきます。一緒に認知症について理解や認識を深めませんか。

日 時：11月28日（水）13:30～15:30

会 場：法吉公民館 研修室

内 容：「介護の経験から伝えたいこと」 「認知症の予防と対応について」


講師：山本 博道 氏

講師：キャラバン・メイト 大月 さとみ 氏

参加費：無料

申込み：11月22日（木）までに法吉公民館へ 地区内外を問わず、どなたでもご参加ください。



おめでとうございます 

◆ 島根県知事感謝状

吉岡 悦子 様 (法吉町)



秋に出かける「健康ウォーキング」

法吉地区健康まつえ21推進隊

開催日：11月7日・21日(水) 13時30分～
※今月は都合により第1, 3水曜に開催します。
法吉公民館玄関前集合
保健師による健康チェックあり
3キロ(初心者コース)と5キロ(上級者コース)
準備：ウォーキング手帳、スタンプカード、
タオル、飲み物(受付でお渡しします)
雨天時：室内運動 カラコロ・サンクラブ体操

秋の風をあじわいながら健康ウォーキングに参加してみませんか。運動するには良い季節ですね。
今回は『コハクチョウ観察』コースを計画しています。
多数の参加をお待ちしています。



ふれあい喫茶

コーヒー、紅茶、抹茶

いずれも150円(お菓子付き)

と き：11月6日(火) 10:00~15:00

※来月は12月4日(火)に開催します。

ところ：法吉公民館 視聴覚室(図書室)

赤ちゃんから高齢者までがお茶や季節のお菓子を囲み、お友達同士やボランティアさんと楽しいひと時を過ごします。

喫茶からはじまるふれあいの輪、憩のひととき。

みなさまのお越しをお待ちしています！

☆保健師さんの健康相談もあります！(午前中)

健康相談を受けられた方には  1つ押印します

法吉公民館事務室閉鎖のお知らせ

11月1日(木)・27日(火)は公民館の事務室を閉鎖させていただきます。

各部屋を利用される方は前日までに鍵を取りに来ていただきますようお願いいたします。

料理教室「生涯骨太クッキング」

法吉地区食生活改善推進員会・法吉公民館成人部

牛乳・乳製品はカルシウムの摂取量を高め、健康寿命の延伸と生活習慣病・ロコモ予防に大きな役割を果たしています。そこで今回は家庭で手軽にできる乳製品を使用したメニューと一緒に作りながら楽しく学びませんか？

日 時：11月19日(月) 10:00~13:30

内 容：調理実習 <メニュー>2種のチーズタッカルビ、彩りサラダ 他

参加費：500円

持参品：エプロン、三角巾

定 員：10名(60歳以上 男女問わず)

申 込：11月15日までに法吉公民館へお申し込みください。



学童将棋大会のご案内

法吉地区青少年育成協議会
法吉公民館青少年部

学童将棋大会を開きます。将棋の好きな小学生の皆さん、腕だめしにご参加ください。

日 時：11月24日(土) 13時30分より
(受付13時00分～)

対 局：高学年と低学年の2グループに分けて対局します。

申込み：11月16日(金)までに法吉公民館へ

場 所：法吉公民館 和室

賞 賞：各グループ3位まで賞品あり
全員に参加賞あり



寒いからと言って暖房をつける前に着るものを工夫して体感温度を上げましょう。(法吉公民館 環境部)

11月の法吉子ども広場について

※お茶、タオルを持ってきてください。

| | | |
|-----------|------------|------------------------|
| 11月 5日(月) | 15時30分~17時 | 書道 |
| 11月 7日(水) | 15時30分~17時 | 囲碁 |
| 11月10日(土) | 10時~12時 | 土曜広場 |
| 11月12日(月) | 15時30分~17時 | 生花 (花器を必ず持ってくること) |
| 11月19日(月) | 15時30分~17時 | 抹茶 |
| 11月26日(月) | 15時30分~17時 | 将棋 |
| 11月26日(月) | 15時30分~17時 | プレーパーク (法吉小体育館入口集合) |



「サンクラブ体操、いっしょにしてみませんか」

法吉地区健康まつえ21推進隊

日時：11月27日(火)
午前10時~11時

会場：法吉公民館 会議室

準備：室内用ズック、タオル、飲物

マールテレビでおなじみの体操です。
どなたでもご参加いただけます。
運動のできる服装でお越しください。

ひよこ学級

日時：11月20日(火) 10時~11時

場所：法吉公民館 研修室

内容：『防災のおはなし』
地震についてのお話を聞いたり、
防災グッズの実演もしてもらいます。
非常食の試食もします！

講師：松江市防災安全課 高宮 久美子 様

持ち物：お茶ほか必要なもの



こぐまちゃん文庫

日時：11月9日(金) 10時~11時

(10時20分~読み語り)

場所：法吉公民館 図書室

内容：大型絵本や紙芝居の読み語り、手遊び歌や童謡、
カード遊びをして一緒に楽しく過ごしましょう。

おいでおいでサロン

日時：11月16日(金) 10時~11時30分

場所：法吉公民館 和室

11月のおいでおいでサロンは、0歳児の親子を
対象としたベビーマッサージをします。
参加には予約が必要です。

消火器使用法講習会のご案内

法吉地区消防協会

期 日：12月9日(日)

- ①10時 国屋上自治会(国屋上集会所)
- ②11時 比津が丘市営自治会(市営住宅内公園)

会場周辺にお住まいの皆様には
ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

気功・太極拳教室 会員募集!!

いっしょにしてみませんか
「健康で長生き」の生活にきっと役立ちます。
「カラコロ太極拳体操」もやっています。

- 毎木曜日：午前10時半~12時
- 法吉公民館 研修室
- 講師：西村 敏

一ヶ月無料体験できます。



～みんな笑顔で暮らせるように～

法吉公民館人権教育推進部

◀「世界人権宣言」(1948年12月10日第3回国連総会で採択) 70周年▶



世界人権宣言の第12条には、プライバシーの保護に関するものとして、「私事、家族、家庭若しくは通信に対する干渉又は名誉、信用に対する攻撃の禁止及びそのような干渉、攻撃に対して法の保護を受ける権利」などが謳われています。

「プライバシーの保護」という言葉は最近ではよく使われるようになりましたが、70年前に考えられたという歴史的な背景も考えていきたいものです。今では、インターネット上での不正アクセス等による個人情報の漏えいなどの問題もクローズアップされています。その手口は、年々、巧妙化・深刻化しているとのことですので、私たち一人ひとりがしっかり個人情報を管理し、被害にあわないようにしていく必要があります。

また、世界人権宣言の第16条には「婚姻し、家庭を作る権利、並びに婚姻中及びその解消に際しての男女の平等」などを、そして、第21条には「直接に又は自由に選出された代表者を通じて、自国の政治に参与する権利及び公務につく権利」なども謳われています。

時代の流れとともに私たちの生活スタイルは変化していきますが、生まれながらにすべての人に与えられているさまざまな権利(人権)を大切にしていきたいものです。

法吉体協からのお知らせ

<大会結果報告>

◆法吉地区秋季グラウンド・ゴルフ大会

10月14日(日)(鹿島グラウンド・ゴルフ場)

<団体戦>

1位 比津が丘C 2位 春日新住宅 3位 黒田西原

<個人戦>

1位 細田英雄 2位 久家新三 3位 今岡良二

◆法吉地区町民卓球大会

10月21日(日)(海洋センター)

1位 比津が丘A 2位 比津

3位 比津が丘B、比津が丘C

<11・12月の行事予定>

◆第64回まつえ駅伝フェスティバル

11月18日(日)(宍道健康センター発着)

◆国宝松江城マラソン 2018

12月2日(日)(松江総合体育館発着)

清掃活動のお礼

10月13日(土)にシルバー人材センター法吉地区会員の皆さんに公民館周辺の草取り、草刈の清掃作業をしていただきました。

おかげで利用者の皆様に気持ちよくお使いいただけます。ありがとうございました。



～火の用心 ことばを形に 習慣に～ ～秋季全国火災予防運動～

<実施期間：11月9日(金)～15日(木)>

松江市消防本部・法吉地区消防協会

寒さの訪れとともに、火を使う機会が多くなります。

毎年、この時期になると多くの住宅火災が起き、お年寄りや子ども達が犠牲となるケースが見られます。住宅火災による被害を防ぐため、火災警報器や消火器を設置し防火に努めましょう。



←このマークの付いている事業に参加するとスタンプを1つ押印します。スタンプ10個で粗品を進呈します。(法吉地区健康まつえ21推進隊)