

法吉公民館だより

平成31年4月1日
 第 **431** 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

桜のつぼみもふくらみ、春の訪れと共に新年度がスタートしました。

平成30年度の公民館事業も皆様のご理解とご協力により、無事終えることができました。今年度も、多様化する地域課題を的確に捉え、住民の皆さんとともに解決し、安全・安心に暮らせるまちづくりを目指して活動してまいります。変わらぬご指導・ご協力をよろしくお願いいたします。

公民館専門部 募集！！

法吉公民館では、以下のような専門部があります。
 専門部に所属し、一緒に公民館活動に参画をしてくださる方を募集しています。
 興味のある方は、公民館までお問合せください。

また、今年度も専門部を中心に、様々な公民館事業を行う予定ですので、お気軽にご参加ください。

総務部	法吉公民館コンサート・「花の会」などの市民憲章推進事業の企画・運営。
成人部	成人学級事業（講座・視察研修など）の企画・運営。
青少年部	青少年事業（ドッジボール大会・キャンプ・かるた大会など）の企画・運営。
幼児部	乳幼児学級や読み聞かせの企画・運営。
文化部	文化祭の企画・運営。随時、各文化教室への参加も募っています。
健康福祉部	健康福祉事業の企画・運営。ボランティア喫茶、文化祭バザー等のボランティア。
人権教育推進部	人権教育推進事業の企画・運営。
環境部	環境学習の企画・運営。美化活動の推進。リサイクルステーションなどの見回り。

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：4月2日（火）10：00～15：00

※来月は5月7日（火）に開催します。

と ころ：法吉公民館 視聴覚室（図書室）

保健師さんの健康相談や血圧測定もあります。

健康相談を受けられた方にはスタンプ1ポイントプレゼント！



春に出かける「健康ウォーキング」

法吉地区健康まつえ21推進隊

開催日：4月10日・24日（水）13時30分～

法吉公民館玄関前集合 保健師による健康チェック
3キロ（初心者コース）と5キロ（上級者コース）

準 備：タオル、ウォーキング手帳、スタンプカード

雨天時：ニュースポーツ

【予告】5/8は保健師さんに、体組成計で、体脂肪・基礎代謝量・筋肉量・体内年齢等を測定してもらいます！



いよいよ春の季節の到来ですね♪そんな春のウォーキングにゆっくり出かけてみませんか。今回は『お花見』コースを計画しています。

腕を振って歩くと肩こりの予防にもつながり、頭痛や腰痛などにも効果的、さらに脳の活性化、外の空気を吸って景色を眺めながら歩くことで気分がリフレッシュされます。

体にかかる負荷が少ないのでケガをしにくく、年齢や性別を問わず誰でも楽しむことができるスポーツです。運動は苦手という方も、体に負担の少ない手軽なウォーキングで心身健康になりましょう。…… 多数の参加をお待ちしています ……



法吉公民館花の会 会員募集

法吉公民館の花壇は、花の会の皆さんによっていつも四季折々の花が美しく咲き誇り、来館者の心を和ませています。花の会では花壇の手入れの他にも、家庭用の寄せ植えを作ったり、研修会に出かけたり、活発に活動を行っています。

あなたも一緒に、お花や植物と親しんでみませんか？初心者の方も大歓迎です。

お申し込みは法吉公民館（電話21-4966）まで

■花の会 定例活動日 毎月第4金曜日10時～



平成31年度法吉公民館主な事業日程について

平成31年度の法吉公民館の主な事業の日程が決まりました。たくさんの方のご参加お待ちしております。

※町民体育大会は体協総会后正式に決定となります。

事業名	期日
法吉地区町民体育大会 【予備日】	9月15日（日） 【9月16日（月・祝）】
法吉公民館文化祭	10月26日（土） 10月27日（日）



冷蔵庫の庫内温度が上がらないよう、熱いものは冷ましてから入れましょう。（法吉公民館 環境部）

4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。
※日程の変更がありますのでご注意ください。

4月 8日(月)	15時30分~17時	書道
4月10日(水)	15時30分~17時	囲碁
4月13日(土)	10時~12時	土曜広場
4月15日(月)	15時30分~17時	生花 (花器を必ず持ってくる)
4月15日(月)	15時30分~17時	抹茶
4月22日(月)	15時30分~17時	プレーパーク (法吉小体育館入口集合)
4月22日(月)	15時30分~17時	将棋

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 先生

一ヶ月無料体験できます。



ひよこ学級

日 時：4月16日(火) 10時~11時
場 所：法吉公民館 研修室
内 容：顔合わせ会・ひよこカフェ
持ってくる物：お茶ほか必要なもの

こぐまちゃん文庫

日 時：4月12日(金) 10時~11時
(10時20分~読み語り)
場 所：法吉公民館 図書室
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。

わいわいサロン(乳幼児健康相談)

日 時：4月19日(金)
10時~11時30分
13時~14時30分
場 所：法吉公民館 和室
※母子手帳をご持参ください。



2019年

春の全国交通安全運動

2019年5月11日(土)~20日(月)

子どもと高齢者の交通事故防止



自転車の
安全利用の推進

全ての座席のシート
ベルトとチャイルド
シートの正しい
着用の徹底

飲酒運転の
根絶



公民館事業など活動の様子をHPや広報等に活用させていただく場合がありますのでご了承ください。

～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



東京オリンピック開幕まで 500 日となった 2019 年 3 月 12 日、2020 年東京オリンピック・パラリンピック組織委員会から、聖火リレーの出発地を福島県楡葉町、広野町のサッカー施設「J ヴィレッジ」としたことで、そして、聖火リレーに先だち宮城、岩手、福島の 3 県で聖火を「復興の火」として巡回展示する展示場所が発表されました。

また、今大会の競技種目（全 33 競技 50 種類）を表す絵文字「東京 2020 オリンピックスポーツピクトグラム」も発表されました。新聞紙上でも紹介されていましたが、それぞれの競技がとともわかりやすく、躍動感のあるデザインとなっていました。

ピクトグラムは、1964 年に開催された前回の東京オリンピックで、日本語がわからない外国人にも競技内容や案内表示などをわかりやすく伝えるために、当時第一線で活躍していた 11 人のデザイナーたちによって初めて考案されたものです。その後、ピクトグラムは、世界中に広まり、オリンピック・パラリンピックだけではなく、さまざまところで形を変え現在も使われていますが、ピクトグラムは前回の東京オリンピック大会が世界に遺した貴重な文化遺産であるともいわれています。

今年度はオリンピックやパラリンピックの歩みをとおして、人権について考えてみたいと思っています。



「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

介護予防・健康維持のため楽しく運動してみませんか？

椅子に座ってする運動や、ボールを使った運動など誰にでもできる簡単な体操です。

日 時：平成 31 年 4 月 23 日（火） 10 時～11 時

場 所：法吉公民館 会議室

準 備：室内用ズック、タオル、法吉地区健康づくりポイントカード

参加費：無料

お問合せ：法吉公民館（21-4966）

ご 寄 付 の お 礼

法吉地区社会福祉協議会

香典、玉串料返しとしてご寄付をいただきました。厚くお礼申し上げます。
故人のご冥福をお祈り申し上げます。

鳥羽 嗣子 様（法吉町）
（故人 鳥羽良夫 様）

濱崎 美代子 様（春日町）
（故人 濱崎忠晃 様）

小竹原 正人 様（比津が丘）
（故人 小竹原美江子 様）

馬庭 三重子 様（比津が丘）
（故人 馬庭 融 様）

別所 明彦 様（法吉町）
（故人 別所督枝 様）

蒔田 真俊 様（黒田町）
（故人 蒔田英吉 様）



←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）