

法吉公民館だより

令和元年2月1日
第 441 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

松北ブロック市民学習発表会

松北ブロック各公民館（法吉、生馬、古江、大野、秋鹿、鹿島）の教室・サークルの皆様による発表会を行います。法吉公民館からは大正琴、太極拳、詩吟、新舞踊、フォークダンス、尺八、3B体操、レクリエーションダンス、コーラス、フラダンスの皆さんが出演されます。

またオープニングでは恵曇保育所の園児によるキッズソーラン節もあります。多数の皆さまのご来場お待ちしております。（公民館窓口にプログラムがあります）

と き：2月22日（土）9：20～17：00

ところ：鹿島文化ホール



※ 駐車場には限りがあります。会場へはなるべく公共交通機関をご利用下さい。
お車で越しの際は乗り合わせてお越しくださいますようお願いいたします。



健康講座 「フレイル」って何？

～気になりませんか？体力のおとろえ… 元気ですごすためにできること～

法吉公民館成人部・健康福祉部

フレイルとは

老化などで様々な心身の機能が低下した状態をいい、「健康」と「要介護状態」の間にある段階で、高齢者の多くがフレイルの過程を経て要介護状態になると考えられています。「健康寿命」を延ばしていつまでも健康的に過ごすには、運動習慣・食生活改善・社会参加などによって、フレイルをいかに予防・回復できるかが大きなカギとなります。この機会に一緒に学びませんか？

日 時：2月26日（水）14：00～15：30

場 所：法吉公民館 研修室

内 容：専門の方によるフレイルのチェック、予防運動・食生活の話

（指導）みずうみ在宅部リハビリテーションチーム、明翔苑 管理栄養士

申 込：2月10日（月）から受付を開始します。



はじめての手話講座のご案内

法吉地区社会福祉協議会

手話を見たことがありますか。聴覚に障がいのある人の多くは、手や指の動きや表情などによる「手話」を使って会話しています。耳の聞こえない方の話を聞き、コミュニケーションの輪を広げ、ともに生きる社会にしていきたいと思いますか。ろう講師と手話通訳士に、簡単な挨拶、自己紹介、思いを伝える方法や手話によるコミュニケーションのコツなど、わかりやすく講習していただきます。

日時 2月14日（金） 13：30～15：00

会場 法吉公民館 研修室

*申し込み 2月7日（金）までに、法吉公民館へ（TEL 21-4966）



おめでとうございます

◆ 松江市消防団長賞 勤続表彰(10年)

勝部 秀一 様

(松江市消防団松江橋北方面団法吉分団比津班)



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：2月4日(火) 10:00~15:00

※来月は3月3日(火)に開催します。

ところ：法吉公民館 視聴覚室(図書室)

お話しをしたり、本を読んだり…
毎回季節の感じられるお花を飾り、
皆様のお越しをお待ちしています。

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!



ニュースポーツ教室

日 時：2月12日(水) 13:30~

法吉地区健康まつえ21推進隊

会 場：法吉公民館 研修室 元気に楽しく賞品ゲット!!

内 容：レクリエーションゲーム&スポーツにチャレンジ!してみませんか?

今月は、カローリング、室内ペタンク、ペア・リング・キャッチをします!

準 備：動きやすい服装(上靴)でお出かけください。健康づくりポイントカード

保健師さんの血圧測定、健康相談もあります。

申込み：前日までに法吉公民館へ

参加費無料 どなたでもお気軽にお越しください。



今月のサンクラブ体操教室は
お休みします。
次回は、3月31日(火)に
開催の予定です。

人権研修会のご案内

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、下記のように研修会を行います。

パラリンピックの正式種目ともなっているボッチャ競技を体験しながら、障がいのある人の人権について学びたいと思います。当日は、松江地方方法務局人権擁護課職員と、松江人権擁護委員協議会の委員の皆様を講師に迎え、ご指導いただきます。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

日 時 3月12日(木) 13:30~

会 場 法吉公民館 研修室

内 容 「ボッチャ競技体験」と「障がいのある人の人権」について

申し込み 3月5日(木)までに法吉公民館へ



家族団らんで過ごす時間を増やし、使っていない部屋の照明や暖房は切るようにしましょう。(法吉公民館 環境部)

2月の法吉子ども広場について

※日程の変更がありますのでご確認ください。
※お茶、タオルを持ってきてください。

2月 3日(月)	15時30分~17時	書道
2月 5日(水)	15時30分~17時	囲碁
2月10日(月)	15時30分~17時	生花 (花器を必ず持ってくる)
2月10日(月)	15時30分~17時	抹茶
2月17日(月)	15時30分~17時	将棋
2月17日(月)	15時30分~17時	プレーパーク (法吉小体育館入口集合)
2月29日(土)	10時~12時	土曜広場 (科学で遊ぼう!)

法吉公民館 国際交流員(CIR)「出前講座」開催

法吉地区のみなさん、参加してみませんか!

主催：公民館英語音読教室

日 時：2月14日(金) 10時~11時半

内 容：講師 インド出身国際交流員

アールティ・ダースさん

内容1.「アールティさんとQ&Aで文化交流」

2.「どうなる?知らない人に話しかけると」

~袖振れ合うも多生の縁~

参加者：教室の生徒さん・地域の方々(自由参加です)

(但し、英語でのやり取りもあります。)、無料

お問合せ：教室講師：岡崎紘久(090-7122-2589)

ひよこ学級

日 時：2月18日(火) 10時~11時

場 所：法吉公民館 研修室

内 容：パネルシアター

「せつぶんのおはなし」

豆まき(鬼とお多福)

持ち物：お茶ほか必要なもの



こぐまちゃん文庫

日 時：2月14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、童謡や手遊び歌をして一緒に楽しく過ごしましょう。

今月は、人形劇「桃太郎」もします。

「家族で楽しむ絵本とあそび」のプレゼントあります!



事務室閉鎖のお知らせ

2月27日(木)は松北ブロック市民学習発表会の代休のため、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。

わいわいサロン(乳幼児健康相談)

日 時：2月21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。



科学で遊ぼう!

法吉公民館青少年部

松江高専の先生方を講師にお招きして、科学で遊んでみよう!

日 時：2月29日(土) 10時~12時

会 場：法吉公民館 研修室

内 容：恐竜・動物・テトラポットなどを作ってみよう

講 師：松江工業高等専門学校 教員

対 象：・法吉地区に住む小学生

(子ども広場と合同で行います。)

・子ども広場登録児童も申込みが必要です。

定 員：20名

申込み：2月10日(月)までに法吉公民館へ

詳細は、学校を通じて配布したチラシをご覧ください。



詩吟をやってみませんか

詩吟教室では、新しい会員を募集しています。

古今東西の名詩を鑑賞し、声に出して吟ずることは心身の健康に役立ちます。

老若男女、唄の上手下手は問いません。

無料体験もやっていますので、お気軽にお立ち寄りください。

◆練習日 第1、3水曜日 13:15~ 約2時間

◆場 所 法吉公民館 会議室

◆会 費 月額2,500円

◆問合せ 橘 清宣 Tel 24-2338

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



オリンピックでは、「性的指向に対する差別」への対応もなされています。

「性的指向」とは、どのような性別の人を好きになるかということです。異性を好きになる人もいれば、同性を好きになる人、また、好きになる相手の性別は問わない人もいれば、どちらの性別に対しても恋愛感情を持たない人もいます。

かつて同性愛は治療の対象とされたこともありましたが、1992（平成4）年、WHO（世界保健機関）の「国際疾病分類・改訂版第10版」から除外され、日本でも1994（平成6）年、厚生労働省がこの基準を公式採用しているとのことです。

2014年の第22回ソチ冬季大会（ロシア）を機に、IOC（国際オリンピック委員会）が「アジェンダ2020 20+20 提言」を発表しました。その中の提言14で、「オリンピズムの根本原則第6項を強化する」としています。今年度の5月にも紹介しましたが、「根本原則」6には、「このオリンピック憲章の定める権利及び自由は、人種、肌の色、性別、性的指向、言語、宗教、政治的またはその他の意見、国あるいは社会のルーツ、財産、出自やその他の身分などの理由による、いかなる種類の差別も受けることなく、確実に享受されなければならない。」と書かれています。

松江市市民憲章 かるた中央大会 結果報告

1月18日（土）松江市総合体育館で松江市市民憲章かるた中央大会が行われました。

法吉地区からも参加し、総合の部で13位という結果でした。

選手の皆様、
本当にお疲れさまでした。



法吉体協からのお知らせ

<2月の行事予定>

◆第49回市民体育祭松江市卓球大会

2月16日（日）松江市総合体育館



法吉分団団員募集

松江市消防団法吉分団

法吉分団では、現在団員を募集しています。
消防団は地域の防災活動の主力を担う大切な存在です。
法吉地区の安全を一緒に守りましょう。
活動内容、待遇などご不明な点があればお気軽にお問合せください。



【問合せ先】

法吉公民館 21-4966

担当：松尾

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。

岸本 健一 様（比津町） 引野 博孝 様（比津町）
（故人 岸本芳重 様） （故人 引野トキ子 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）