

令和2年  
1月号 本庄公民館だより

つと  
まなぶ  
むすぶ

TEL (0852) 34-0504 FAX (0852) 34-1671 E-mail honiyo@mable.ne.jp

### あけましておめでとうございます

旧年中は、地域の皆様には公民館活動に多大なるご支援ご協力をいただき、誠にありがとうございました。本年もよろしくお願い申し上げます。

令和2年 元旦

本庄公民館運営協議会 会長 林 干城  
本庄公民館 館長 山内 恭  
職員一同

### いちご学級



対象：乳幼児とその保護者さん  
申込み：活動日の前日までに本庄公民館へ

○本庄幼稚園との交流（場所：本庄幼稚園）  
日時 1月10日（金）10：00～11：30  
内容 体を動かして遊ぼう

○わいわいサロン（場所：本庄公民館 ふれあい館）  
日時 1月28日（火）10：00～11：30  
※身長・体重測定、子育てに関する相談等  
※申込不要、母子手帳を持参ください。

### 喫茶 茶話合家



日時 1月14日（火）10：00～13：00  
場所 本庄公民館 ふれあい館  
メニュー コーヒー、抹茶（お菓子つき） 200円  
展示 正月飾り  
主催 本庄地区社会福祉協議会

※松江市の保健師による健康相談・血圧測定をおこなっています（12時まで）

### 高齢者料理教室

日時 1月27日（月）10：00～13：00  
場所 本庄公民館 調理室  
内容 「食卓を彩るちょっとおしゃれなメニュー」  
講師 三阪和栄さん  
定員 20名  
※詳細は長生会を通じてご案内をしています。

### 健康講座

日時 2月6日（木）14：00～15：00  
場所 本庄公民館 集会室  
内容 「歯の健康」について  
講師 江角歯科医院 理事長 江角保弘 氏  
参加費 無料  
申込み 本庄公民館  
締切り 2月4日（火）  
主催 本庄地区社会福祉協議会 健康まつえ21



### 福原会館周辺地域人権教育交流研修会

日時 2月8日（土）10：00～14：00  
場所 持田公民館  
内容 ○講演 演題「差別は誰が傷つき、誰を不幸にする」  
～差別事象・事件の実際～  
講師 鳥取県琴浦町立赤碕文化センター館長 西村敦郎さん  
○グループ意見交換会  
○交流会  
参加費 1,500円（※当日お持ち出しください）  
定員 20名（先着順）  
申込み 本庄公民館  
締切 1月20日（月）  
主催 松江市立福原会館  
持田地域人権教育推進協議会 持田公民館  
本庄地域人権教育推進協議会 本庄公民館

### まちづくりフォーラム

～本庄の未来についてみんなで考えよう～

日時 2月9日（日）13：30～15：00  
場所 本庄公民館 集会室  
テーマ 「教育」「農業」「観光」  
パネリスト 三代 正さん（本庄教育振興会長）  
津森 近さん（新庄圃場整備委員）  
羽田彰彦さん（松江観光協会 観光PRユーザー）  
参加費 無料  
申込み 本庄公民館  
締切 2月5日（水）  
※詳細は2月号にてお知らせします。

### ぐるっと松江堀川めぐり

今年度は年号が平成から令和に変わり、また市政130周年の記念すべき年になりました。堀川遊覧船より130周年を記念して、「ぐるっと松江堀川めぐりの優待券」が配布されました。ご希望の方は本庄公民館までお越しください。（無くなり次第終了）

○優待券1枚につき1名様ご乗船できます  
○有効期限：令和2年3月31日

### ご寄付の御礼

下記の方より社会福祉協議会に対しご厚志をいただきました。誠にありがとうございました。故人のご冥福をお祈り申し上げます。

青戸 秀行 様

### 移動図書館だんだん号 1月の巡回日

日時 1月 8日（水）11：00～11：40  
1月22日（水）11：00～11：40  
場所 本庄公民館



本庄公民館の主催事業・共催事業において撮影した写真を公民館だより・ホームページ等の広報に掲載する場合がありますのでご了承ください。

## 本庄地区卓球大会結果

11月24日(日)本庄中学校体育館において、本庄地区卓球大会が7チームの参加でおこなわれました。結果は下記のとおりです。皆さまお疲れさまでした。

**優勝** 田中・山本 **準優勝** 南 **3位** 本庄団地、北

## 松東ブロック学習発表会が開催されました!

11月30日(土)に美保関公民館において松東ブロック学習発表会が開催されました。本庄地区からは「コスモス(コーラス)」「日本舞踊」「3B体操」の皆さんに発表をしていただきました。また、模擬店では「道の駅本庄」に出店していただきました。ご協力、ご来場いただきました皆様ありがとうございました。



## 脳梗塞について

### 脳梗塞とは

脳梗塞とは脳の血管がつまって血流が途絶え、脳の細胞が死んでしまう病気です。早期に適切な治療を受けないと後遺症をきたします。

### 脳梗塞の代表的な症状

- ◆突然出現した片側の手足や顔のしびれ、脱力感
- ◆突然出現した言葉の障害。舌のもつれ
- ◆突然出現した見えにくくなる症状
- ◆突然出現した原因不明の激しい頭痛

このような症状が出現したときは躊躇せずに救急車を呼んでください。

### 脳梗塞の予防

「動脈硬化」「高血圧」「脂質異常症」の予防と治療が大切です。

運動や汗をかいた時、ふる上がり、起床時などには常に十分な水分を補給し、血栓をできにくくしましょう。

松東地域包括支援センター

板持早苗

TEL0852-24-1810

## あいさつ運動「あいさつでつながる家庭 地域の輪」

気持ちの良い挨拶をかわしましょう

1月14日(火)~1月17日(金)

本庄公民館青少年部 本庄地区青少年育成協議会

## 本庄公民館事務室閉室について

1月16日(木)は松江市公民館協議会研修会出席のため15時から事務室を閉室します。部屋をご利用の方は事前に鍵を取りに来てください。

## 1月の行事予定

1	水	元日、休館	16	木	事務室閉室15時、体操教室
2	木	休館	17	金	からだ元気塾、しゃぎり保存会
3	金	休館	18	土	松江市市民憲章かるた中央大会、3B体操
4	土		19	日	
5	日		20	月	ミニ着物
6	月	ミニ着物	21	火	表装、道の駅本庄、健康まつえ21定例会
7	火	表装	22	水	詩吟、コーラス、移動図書
8	水	詩吟、コーラス、移動図書	23	木	体操教室、生花教室
9	木	体操教室、生花教室、人権教育部会	24	金	民児協、からだ元気塾、健康クラブ
10	金	いちご学級(幼)、からだ元気塾、お楽しみ会、建築組合	25	土	フラダンス、3B体操
11	土	フラダンス、3B体操	26	日	
12	日	新成人の集い	27	月	高齢者料理教室、大正琴
13	月	成人の日	28	火	健康ダンス、わいわいサロン
14	火	喫茶「茶話合家」	29	水	詩吟、コーラス、松江市公民館運営協議会連合会研修会
15	水	コーラス、囲碁会、カラオケ	30	木	体操教室、お楽しみ会
			31	金	からだ元気塾

本庄公民館川柳教室作品

出雲弁どこの言葉と孫が問う

三代 英子