

令和3年  
7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

7月 乳幼児「いちご学級」

いちご学級に参加される方は、事前に申込みをお願いします。

対象者 乳幼児とその保護者

申込み 活動日の1週間前までに本庄公民館へ



○本庄保育所との交流（場所：本庄保育所）  
日 時 7月21日（水）10:00～11:00  
内 容 水あそび

公民館周辺整備のお礼

5月25日、林 干城公民館運営協議会長と松江森林組合の方が一緒になって、円庭の槐の大木をきれいに剪定してくださいました。大きな木なので高所作業車などを使った大掛かりな伐採となりました。槐の木の下には、円庭に沿ってガザニアなどの花が植えられています。こちらはガザニアの会の皆様がお世話してくださっていて、きれいな花が元気に咲いています。地域の皆様には、多方面にわたり日頃から支えていただき感謝しております。

「わいわいサロン（乳幼児健康相談）」 ※要予約

7月の本庄会場

日時 7月27日（火）10:00～11:30

場所 本庄公民館ふれあい館



QRコードより、松江市ホームページのわいわいサロン（乳幼児健康相談）ページ内【わいわいサロン予約フォーム】からアクセスしご予約ください。予約受付期間は、サロン当日の1週間前までです。

問合せ先 子育て支援センター（TEL：60-8155）

“水辺の休日” 大人のカーヌー体験会のご案内

日時 8月21日（土）午前の部 9:00～11:00  
※少雨決行 午後の部 13:00～15:00

場所 本庄水辺の楽校付近

指導 海洋指導員 津森伸吾さんほか

対象 本庄地区内在住の成人

準備 濡れてもよい服装・靴、手袋（軍手可）、飲み物、タオルなど

参加費 無料

定員 午前の部・午後の部とも5名（先着順）

申込み 本庄公民館 Tel34-0504

主催 本庄水辺の楽校管理運営委員会 本庄公民館



喫茶 さわごうや 茶話合家

～ 感染防止対策をしていますので、みなさまお気軽にお立ち寄りください～

日時 7月13日（火）10:00～12:00

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 “おちらと木彫会”の木彫り作品

※マスク着用でご来場ください。

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

社会見学のご案内

日時 9月17日（金） 8:00～18:00

集合 7:50 北町会館前（大型バス1台貸し切り）

行き先 香木の森公園、温泉リゾート風の国（石見麦酒、風の工房）

※香木の森公園（邑智郡邑南町）

日本一の子育ての町を目指す邑南町にある“オーガニックガーデニングによるオーガニックガーデン”。9月中旬は、セージ、サルビアなどが見ごろです。広い園内は徒歩での見学となります。

※温泉リゾート風の国（江津市桜江町）

中国エリア初の温泉付きグランピング施設。広大な園内で自然を感じながら、山陰の食を楽しみ、癒される時間をお過ごしいただけます。

参加費 2,000円（昼食代含む。当日集金します。）

対象 本庄地区内在住の方

申込み 受付期間：7月5日（月）10時から7月30日（金）まで

申込み先：本庄公民館 Tel34-0504

定員 25名（先着順）：感染防止対策のため、大型バスの乗車定員の1/2



夏休みの子ども事業

本庄っ子体験活動

☆3次元CGを作ってみよう！<松江高専出張講座>

日時 7月27日（火）13:00～14:30

対象 中学生

☆松江城へ行こう！～武者ガイドさんに松江城のことを教えてもらおう～

日時 8月5日（木）

対象 小学生、中学生

☆水のきれいさを知るためには？<松江高専出張講座>

日時 8月11日（水）13:00～14:30

対象 小学生

てらこや弁慶

期間 夏休み期間中（※日時は調整中）

対象 小学4～6年生、中学生

今年も作ろう！手作り行燈

日時 7月28日（水）9:00～11:30

対象 小学生、中学生

※本庄小学校児童・本庄中学校生徒さんへは、7月上旬に学校を通じて募集チラシを配付します。本庄公民館窓口にも置いています。

※今後の状況により、中止または変更になることがあります。



マイナンバーカードの申請はお済みですか？

予約は不要です！公民館で簡単申請♪

マイナンバーカード 公民館出張申請受付

市の職員が公民館でマイナンバーカードの申請受け付けを行います。申請書類の受付、顔写真の撮影など、所要時間は15～20分程度です。予約は不要です。これから申請をお考えの方はぜひお越しください。

本庄公民館会場日程（場所：ふれあい館）		
7月29日（木） 10:00～12:00	9月15日（水） 14:00～16:00	11月8日（月） 10:00～12:00

必要書類 免許証・保険証等の本人確認書類及び通知カード  
※受付当日免許証と保険証の2点があれば、できあがったカードを簡易書留で郵送します（約1.5カ月後）。  
※必要書類を当日持参されなかった場合も申請は可能です。その場合はカード受け取り時（約2カ月後）に本人確認を行います。

問合せ先 松江市市民課（TEL：55-5560）

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。

# 夏の交通事故防止運動

期間 令和3年7月1日(木)～21日(水)

## 運動の重点

- 子どもと高齢者の交通事故防止
- 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
- 過労・脇見運転の防止

本庄地区交通安全対策協議会



## 本庄地区集団検診のお知らせ

### 【胃がん・大腸がん検診】

日時：7月14日(水) 9:00～11:00

会場：本庄公民館 (※予約不要)

○胃がん検診を受けられる方は、前日の午後9時以降、飲食・喫煙はしないでください。

○大腸がん検診は、採便容器を上記日時にお渡しします。  
採便容器回収は、7月29日(木)9:00～9:30、本庄公民館です。

○受診当日は次のことをお願いします。

- ①自宅で体温測定 ②受診時のマスク着用
- ③体調の悪い方は受診を控え別の機会に受診

※詳しくは「令和3年度版けんしんのお知らせ」をご覧ください。

松江市健康推進課 本庄地区担当保健師 川島遥華 (TEL:60-8154)

高齢者のみなさまへ

## コロナに負けない！フレイル予防



フレイルってなに？

年齢を重ねて、心身の活力(運動機能や認知機能)が衰えることをフレイル(虚弱)と言います。フレイルが進むと要介護状態になる可能性があります。

こんな傾向はフレイルかも！

「美味しくものが食べられなくなった」「疲れやすく、何をしても面倒になってきた」「体重が以前より減ってきた」など

6月から健診がスタートしています。本庄地区内の医療機関と薬局(野津医院、津森医院、江角歯科医院、ハーブ薬局)では、フレイル予防の取り組みとして「松江市基本チェックリスト33(本庄版)」の記入とふくらはぎの周囲を測ります。「松江市基本チェックリスト33(本庄版)」は、日常生活機能が低下していないかどうかの自己チェックを行います。ふくらはぎの測定は下肢筋力が落ちていないかどうかを確認します。検診を受けていただいた方には自宅でできる簡単な体操を紹介しています。この機会にフレイル予防をしていきましょう！

フレイル予防のことや介護のこと、生活でお困りのことがありますしたら、お気軽にご相談ください。

松東地域包括支援センター 電話 24-1810



## 第71回社会を明るくする運動

～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域の子カラ～

「社会を明るくする運動」は、地域に暮らす人たちで行われる活動です。犯罪や非行のない社会を実現するために、一人ひとりが考え、参加するきっかけとなることをめざしています。7月は「社会を明るくする運動」強調月間です。

本のかけはし

## 移動図書館だんだん号

7月の巡回日

日時 7月 7日(水)  
11:00～11:40

7月21日(水)  
11:00～11:40

場所 本庄公民館

## 「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



本庄公民館青少年部  
本庄地区青少年育成協議会



## 2021 松江だんだん夏踊り 中止

【問合せ先】  
松江だんだん夏踊り実行委員会事務局  
(TEL:55-5168)

## 7月の行事予定

【6月24日(木)現在 本庄公民館受付分】

1	木	公民館総務部会、体操教室、囲碁会	16	金	人権教育視察研修、からだ元気塾
2	金	からだ元気塾	17	土	3B 体操
3	土	3B 体操	18	日	
4	日	音楽鑑賞会	19	月	ミニ着物
5	月	ミニ着物、商工会	20	火	
6	火		21	水	いちご学級(保)、詩吟、生花教室、健康クラブ、健康まつえ21定例会、カラオケ、移動図書
7	水	詩吟、カラオケ、移動図書	22	木	【海の日】ミニ着物
8	木	公民館文化部会、体操教室、生花教室、ミニ着物	23	金	【スポーツの日】
9	金	からだ元気塾	24	土	フラダンス、3B 体操
10	土	長生会、フラダンス、3B 体操、建築組合	25	日	
11	日		26	月	大正琴
12	月	長生会役員会、大正琴	27	火	本庄っ子体験活動、わいわいサロン、コーラス
13	火	喫茶「茶話合家」、コーラス	28	水	手作り行燈作り、詩吟
14	水	胃がん・大腸がん検診	29	木	文化祭実行委員会、マイナンバーカード出張申請 体操教室、大腸がん検診容器回収
15	木	体操教室、囲碁会	30	金	民児協、からだ元気塾
			31	土	3B体操



本庄公民館川柳教室作品  
坂道も目的あれば苦にならず  
三代英子



### 本庄公民館よりお願い

感染症の今後の状況によっては、公民館事業等を中止、変更、延期させていただく場合があります。ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。