

令和6年
2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 honjyo@mable.ne.jp

主催：本庄まちづくり推進協議会 共催：本庄教育振興会

講演会「複式学級とは？」のご案内

皆さんは「複式学級」がどういうものか、ご存じでしょうか。長い間、島根の複式教育を引っ張ってこられた有馬毅一郎先生のお話を聞かせていただきたいと思います。保護者の皆様もお気軽にご参加ください。

日時 2月10日(土) 10:00~11:00
場所 本庄公民館 集会室
講師 有馬毅一郎先生
参加費 無料
連絡・問合せ先 本庄まちづくり推進協議会 担当：糸賀

主催：健康まつえ21本庄地区推進隊、本庄地区社会福祉協議会

健康まつえ21本庄地区推進隊「ポッチャ体験会」

冬のなまった身体をポッチャで楽しく動かしてみませんか。

日時 2月23日(金・祝) 10:00~11:30
会場 本庄公民館集会室
内容 ポッチャ体験会
講師：本庄長生会の皆さん
参加費 無料
定員 20名
申込み 2月15日(木)までに本庄公民館へ
持ち物 動きやすい服装、上靴、タオル、水分補給できるもの

2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】1週間前までに本庄公民館へ

○いちごサロン(場所：本庄公民館ふれあい館)
日時 2月 5日(月) 10:00~11:00
内容 絵本読み聞かせ、自由あそび

○本庄保育所との交流(場所：本庄保育所)
日時 2月15日(木) 10:00~11:00
内容 おたのしみ会

喫茶「茶話合家」

みなさまお気軽にお立ち寄りください。

日時 2月20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 川柳教室さんの作品
共催 本庄地区社会福祉協議会

※保健師による健康相談・血圧測定あります。

受賞おめでとうございます

【公益財団法人 全国老人クラブ連合会 2023 活動賞】

【公益財団法人 島根県老人クラブ連合会 老人クラブ活動賞大賞】

本庄長生会 様

創造性豊かな活動を展開し、他の範となる活動の成果をあげられたご功績により、この度上記二つの賞を受賞されました。心からお祝い申し上げます。



本庄長生会 会長 門脇正人 様

本庄長生会 第21回「講話会」

人生訓、体験談、自慢話など何でも結構ですので、是非お話をお聞かせください。また、自薦、他薦、長生会員・非会員を問いませんので、どなたでもお気軽にご参加ください。

日時 2月28日(水) 13:30~15:00
場所 本庄公民館 集会室
登壇者 江角 千利 さん(田中町) 「俺の人生波乱万丈」
主催 本庄長生会

本庄公民館利用団体説明会

令和6年度を迎えるにあたり、「本庄公民館の使用規定」「利用者団体登録」等について、説明会を開催する予定です。該当の団体様へは、後日ご案内をいたします。ご理解ご協力をお願いします。

日時 2月29日(木) 10:00~11:00
場所 本庄公民館 集会室

ご寄付の御礼

社会福祉協議会に対しご厚志をいただきました。故人のご冥福をお祈り申し上げますとともに、お礼申し上げます。

津 森 美和子 様 (新庄町)
松 本 聡 史 様 (上本庄町)
金 塚 裕 子 様 (手角町)
<故人> 金 崎 京 子 様 (本庄町)

移動図書館 だんだん号 本庄公民館 2月の巡回日

2月 7日(水) 11:00~11:40
2月21日(水) 11:00~11:40



本庄公民館の主催・共催事業において、撮影した写真を館報・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。ご了承ください。

令和6年能登半島地震に係る

「義援金箱」設置について お知らせ

令和6年1月1日に発生した能登半島地震により、珠洲市（松江市と姉妹都市提携を締結）など、能登地域を中心に大きな被害が発生しています。本市では、被災地への支援を行うため、義援金を受け付けます。皆様から預かりした義援金は、珠洲市開設の「珠洲市能登半島地震災害義援金」の口座に送金させていただきます。

1. 設置期間 2月29日（木）まで
2. 設置場所 本庄公民館 事務室（窓口）9:00～17:00（土・日・祝日を除く）
3. 問合せ先 松江市健康福祉総務課 総務係（TEL:55-5302）

本庄地区担当保健師よりお知らせ

「冬に気をつけたいこと」

気温が急激に下がり、寒さも本格的になってきましたね。みなさま、いかがお過ごしでしょうか。今年の冬も楽しく、元気に乗り越えていきましょう。

ヒートショック

入浴の際の温度差が血圧を大きく上下させ、失神や心筋梗塞、脳梗塞を引き起こし、湯船で溺れ命を落としてしまうこともあります。



冬の寒い脱衣所
（血管が縮んで血圧上昇）

寒い浴室内
（さらに血圧上昇）

熱めの湯に浸かって温まる
（血管が拡がり血圧低下）

入浴中のヒートショックを防ぐために今日からできること

- ① 入浴前に脱衣所と浴室を温かくしておく
脱衣所に小型にヒーターを置いたり、浴室内の壁に温水をかけるなどして温度と湿度を上げましょう
- ② 湯船につかる前に、シャワーやかけ湯で体を温める
少しずつ体を温めましょう。また、入浴後は浴槽からゆっくり立ち上がりましょう。
- ③ 湯船の温度はぬるめ（41℃以下）とし、長湯を避ける
- ④ 入浴前後には、コップ1杯の水分補給を
- ⑤ 入浴前のアルコール・食後すぐの入浴は控える
- ⑥ 血圧が高いときには入浴を控える
- ⑦ 家庭内で「見守り体制」をつくる
入浴前には家族に一声かけましょう。また、家族の入浴時間がいつもより長いときには入浴者に声をかけましょう。



【問合せ先】 松江市健康推進課 本庄地区担当保健師 川島（TEL 60-8154）

確定申告は、ご自宅からスマホ×マイナンバーカードで！

国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」へアクセス



「次の3つで電子送信も可能」



※ 申告会場においても、ご自身のスマホにより申告書を作成していただくこととなります。

インボイス登録後には消費税の申告もお忘れなく！

インボイス発行事業者の登録を受けた事業者の方は、課税事業者として消費税の申告が必要です。



【問合せ先】 松江税務署（TEL 21-7711）

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

本庄公民館 休館について

次の期日は、全館清掃（ワックスがけ等）のため公民館を休館します。

3月12日（火） 終日

2月の行事予定

【1月24日（水）現在 本庄公民館受付分】

1	木	体操教室	16	金	からだ元気塾、しゃぎり保存会
2	金	町内連理事会、民児協、からだ元気塾	17	土	3B体操
3	土	長生会、3B体操	18	日	市卓球大会、カラオケ
4	日	音楽鑑賞会	19	月	団体連絡調整会議、ミニ着物
5	月	いちご学級、社協スタッフ会 ミニ着物、大正琴、商工会	20	火	喫茶「茶話合家」、健康クラブ
6	火	松東ブロックジュニアリーダー研修打合せ会	21	水	詩吟、移動図書
7	水	詩吟、カラオケ、移動図書	22	木	体操教室、生花教室、ミニ着物
8	木	ふるさと広場評議員会、交通安全教室（本庄保育所） 体操教室、生花教室、ミニ着物	23	金	【天皇誕生日】松江市市民憲章かるた中央大会（会場：市総合体育館） 健康まつえ21本庄地区推進隊「ボッチャ体験会」
9	金	体協理事会、からだ元気塾	24	土	フラダンス、3B体操
10	土	本庄まちづくり推進協議会講演会「複式学級とは？」 フラダンス、3B体操、建築組合	25	日	カラオケ
11	日	【建国記念の日】	26	月	松東B健康まつえ21推進隊隊長・事務局会、大正琴
12	月	【振替休日】	27	火	学校施設開放運営委員会
13	火	地域福祉活動計画策定委員会	28	水	長生会「講話会」
14	水	ふるさと広場管理運営委員会、詩吟	29	木	本庄公民館利用団体説明会、体操教室
15	木	いちご学級（保育所交流）、体操教室			



本庄公民館川柳教室作品
日帰りツアー
楽々今日は八千歩
安達楽道

＜本庄公民館よりお願い＞ 天候及び今後の状況によっては、公民館事業等が中止・変更・延期となる場合があります。ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。