



平成 28 年 10 月 松江市城西公民館  
〒690-0851 松江市堂形町 614  
電話 (26-2659) FAX (21-5265)  
E-mail jyosaik@mable.ne.jp  
ホームページ「松江市城西公民館」  
でご検索ください

## 第38回城西まつり

10月22日(土)・10月23日(日)

両日とも 10:00~15:00

会場：城西公民館・城西ニコニコ交流館(旧末次保育所)

★オープニング 22日(土) 10:00~公民館前

「城西幼保園ワイワイ太鼓」「藝愛会」「城西南中ソーラン隊」

今年は城西ニコニコ交流館がメイン会場になりました。

メイン会場の庭には「野外ステージ」が初登場!!!

★まつえ若武者隊がやってくる! 紙芝居上演

22日(土) 12:00~ 野外ステージ

★発表会…各サークル・内小金管バンド・内小コーラス  
ビッグSダンス・ゆうらん船など特別講演あり

23日(日) 10:00~ 野外ステージ

※詳しい内容は、今月自治会を通じて配布するチラシをご覧ください。

お問合せ:城西まつり実行委員会(城西公民館内) 26-2659

### 健康講座

~検診を受けて、目の健康を守ろう~



高齢化が進んでいる松江市ですが、年齢と共に目の病気も増えていきます。白内障のように治る病気もあれば、緑内障のように一旦悪化すると回復しない病気もあります。しかも緑内障はほとんど自覚症状がありません。検診による早期発見・早期治療が大切です。松江市の成人・高齢者検診は全国的にも優れた目の検診事業です。なるべく多くの城西地区の皆様が眼科検診を受けられ、ご自身の眼の健康を守って頂ければと願います。ぜひご参加ください。

◆日時：10月29日(土) 14:00~15:30

◆会場：城西公民館 交流ホール

◆講師：高梨眼科 高梨 泰至 院長先生 ◆参加：無料(要申込み)

お問合せ・お申込み：城西公民館 26-2659

松江市中央ブロック公民館(城南・城西・城北・雑賀・朝日・白鳥)共同事業

## 「棉の収穫」に参加しませんか



◆日時：11月3日(木祝) 9:30~11:00 小雨決行

◆場所：大東町 山王寺 棚田展望台

◆集合：8:45に城西公民館にご集合ください

◆参加費：無料 ◆現地までの移動：参加者各自の自家用車

◆持ち物：長靴、帽子、軍手、飲み物

※参加を希望される方は城西公民館へ10月28日(金)までにお申込みください。

お問合せ・お申込み：城西公民館 26-2659

## 10月の交通安全

### 1. 高齢者の交通事故防止運動

●実施期間 平成28年10月21日(金)~11月10日(木)  
島根県は、交通事故による死亡者の多くが高齢者の方です。

特に、夜間に国道等の道路を横断中に自動車に衝突され、亡くなっています。高齢者は、次の点に注意してください。

- (1)道路を渡る時は、近くの信号機や横断歩道を利用しましょう。
- (2)道路を渡る時は、左右からくる自動車がないことを確認して渡りましょう。横断中も左右の安全を確認してください。
- (3)夜間は明るい服(黄色・白)や反射材を着用して、自動車に早く存在を知らせましょう。

### 2. 日没前後の交通安全

10月~12月は、日没時間が17時50分~16時55分とだんだん早くなるので、下記の対策を実施してください。

- (1)自動車は、早めのライト点灯とスピードダウンを徹底してください。自動車のライトは、遠い距離まで視認できるハイビームを使用してください。
- (2)自転車は、早めに自転車前照灯の点灯を実施するとともに、歩行者・自動車等の状況に十分注意して運転してください。
- (3)歩行者は、明るい色(黄色、白)の服や夜行反射材の着用し、自動車・自転車に居場所を知らせてください。

城西地区交通安全協会・城西地区交通安全対策協議会

## 城西地区がん集団検診日程表(10.11月)

受付年月日	受付時間	種別	検診会場
10/26 (水)	11:00~11:30	結核	玖夜神社入口 (新国屋団地側)
	13:30~14:00	肺がん	ロータリー (南平台2番台付近)
	14:30~15:00		県立武道館
11/8 (火)	9:00~9:30	結核	県立武道館
	10:00~10:20	肺がん	松江しんじ湖 温泉横 カーデックス 一畑駐車場
	10:40~11:00		千鳥県職員 宿舎2号棟付近
11/9 (水)	9:00~10:30	胃がん 大腸がん	県立武道館
11/21 (月)	10:00~10:30	大腸容器回収	県立武道館 玄関前

10/26(水) 14:30~15:00 は会場が変更になっていますのでご注意ください。(変更後：県立武道館)

## 防災部より~水害などの避難情報~

災害のほとんど無い松江も、北海道などの様に来ない筈の台風や水害で災害が発生する可能性は十分あります。テレビなどで避難の情報が流されたら、早めに行動してください。

### ◎避難準備情報

高齢者や体の不自由な人など移動に時間がかかる人に避難を促す。

### ◎避難勧告

速やかに避難するよう促す情報で、避難所や安全な場所に速やかに移動をしてください。

### ◎避難指示

災害の危険が差し迫り、直ちに避難する様指示する情報。

但し、外に出ると危険な場合、建物の2階以上へ移動してください。

城西公民館防災部

## 日帰り研修旅行



◆とき：11月17日(木) 9:00~16:30

◆ところ：雲南市吉田町 鉄の歴史村と清嵐荘

◆参加費：3,000円 ◆対象者：城西地区の高齢者

◆バス乗車場所：城西公民館(松江市営観光バス)

◆申込み：10月25日(火)までに参加料を添えてお申込みください。  
(住所・番地、氏名、年齢、電話番号)

◆注意事項：乗車定員の都合で締め切らせていただきます。

◆共催：城西きずなクラブ・城西公民館

お問合せ・申込み：城西公民館 Tel.26-2659

## 土砂災害警戒区域の再調査に伴う図書の縦覧について

土砂災害警戒区域(イエローゾーン)及び土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン)について、このたび島根県が再調査を行い、最新の基礎調査結果をまとめました。つきましては、基礎調査結果図書を次のとおり縦覧いたしますのでお知らせします。

縦覧内容 ▼イエローゾーンの指定と解除を予定している区域の基礎調査結果

▼レッドゾーンの基礎調査結果

縦覧場所 河川課(市役所別館4階)、各支所(地域振興課又は建設管理課)、各公民館

縦覧期間 平成28年10月3日(月)~10月31日(月)

お問合せ:松江市河川課 Tel.55-5376

## 第4回行政書士「終活」講演及び無料相談会

◆日時：10月16日(日)

講演 14:00~15:00 [無料相談会] 15:00~17:00

◆場所：城西公民館 千鳥(講演)・堀川(相談会)

◆予約：無料相談は、事前にFAX又は電話にてご予約の上相談内容を簡単に知らせていただくと喜びます。

主催：島根県行政書士会松江支部 共催：城西公民館  
FAX: 26-7469 電話: 080-1939-2752(山川)



# 脚下照顧

公民館長 森 泰

30年ぐらい前でしょうか、ご退職の上司から記念にと職員一人ひとり色紙を頂いたことがあります。

わたくしの色紙は、達筆とはいえない毛筆に「脚下照顧」「自分の足元を見よ、発言、行動、足元があやふやはダメだ」？と自分なりに解釈（この解釈、間違い？）大口をたたかず、当分真面目な毎日。でもいつしか忘れて数十年、

先日、支払い先のお店の壁で見つけた「つもりちがい10か条」その瞬間、わたくし砂子老人は、30年前の「脚下照顧」の言葉が飛んできた感じで思わずぐらつきました、

賢明かつ人格者である城西の皆様には無縁の10条ではありますが、以下、まさに「アンタはドゲテスカ？」です。

・「高いつもりで低いのが教養」・「低いつもりで高いのが気位」・「深いつもりで浅いのが知識」・「浅いつもりで深いのが欲望」・「厚いつもりで薄いのが人情」・「薄いつもりで厚いのが面（つら）の皮」・「強いつもりで弱いのが根性」・「弱いつもりで強いのが自我」・「多いつもりで少ないのが分別」・「少ないつもりで多いのが無駄」そのつもりで頑張りましょう。

どなたが書かれたものかは知りませんが、痛いところをついてきますね。

「ホンニ！しれたもんだわ、全部、私のことだがね！」

いえ、いえ、そんなことはありません。そういう方は、自分を振り返ることの出来る方、まさに「脚下照顧」。人格者まであと数センチです。

さて、話のレベルはグンと下がりますが、公民館となりの「城西ニコニコ交流館」（旧 末次保育所）のご報告です。  
・「見通しは明るいつもりが結構暗い」「取らぬ狸の皮算用、タヌキのつもりがネコの皮」「不意打ちはないつもりが消防署」「労働は少ないつもりが汗だらけ」等々・・・

皆様方の応援で園庭はランドゴルフ・ペタンク、児童クラブ、保育所幼児で大賑わい、ところがどっこい建物内部、誰も使わない建物（廃屋？）はすぐだめになるのですね。

電気、水道、ガス、エアコン、火災報知機セキュリティ、放送設備等々・・・専門業者をはじめ専門知識をもつボランティアの皆さんの汗かきのおかげで今月中に消防署の許可も頂けそうです。でもホント！法律に従い、ひとつずつ問題を解決するところまで考えなかったことは大きな反省。

施設を借りて早く活動したいという団体はいくつもありますが、きちんと整備してから城西の皆様の活動場所にしたいと思います。もう少しお待ちくださいませ・・・以上



# 子どもと遊ぶ会

毎月、城西公民館が主催で、お母さんの企画・運営で集いを開いています。

◆日時：毎月第3水曜日 10:00～ ◆対象：未就園児とその親

◆場所：城西公民館 交流ホール 今月は19日（水）

お問合せ：城西公民館 Tel.26-2659



# ふれあいティーサロン

◆日時：毎週月曜 10:00～12:00（祝日はお休み）

◆会場：城西ふれあいホール（旧合銀末次支店跡）

◆コーヒー・サービス 1杯50円（お菓子付き）

◆10月は3日（月）・17日（月）・24日（月）・31日（月）です。

※今月の健康チェックは17日です。

お申込み：不要 お問合せ：城西公民館 Tel.26-2659



# 健康ウォーキング

10月1日（土）15日（土）

今月は集合時間 8:00 図書館前集合：3km 程度歩きます。

お申込み：不要 お問合せ：城西公民館 Tel.26-2659

# 城西子ども広場



◎放課後子ども広場★10月3日,17日,24日,31日（月）

◆会場：城西公民館にここ広場 ◆時間：学校終了後～17:00

◎城西プレーパーク★城西まつり10月22日（土）・23日（日）

◆会場：城西公民館どんぐり広場 ◆時間：10:00～15:00

◎南平台あそび広場 ★10月16日（日）

◆会場：南平台集会所 ◆時間：13:30～16:00

◎城西幼保園広場 ★10月6日（木）・20日（木）

◆会場：城西幼保園 ◆時間：15:30～16:30

お問合せ：城西公民館 Tel.26-2659

# 香典返し御礼

三島 清治 様（芋町） 井上 博之 様（荘成町）  
小村 京子 様（中原町） 稲田 栄子 様（砂子町）  
山本 勇二 様（国屋町）

ありがとうございました。謹んでお悔やみ申し上げます。

～ 公民館からのお知らせ～

・公民館では、みなさまの忘れ物をお預かりしています。  
心当たりの方は事務室までお願いします。  
・現在お預かりしている忘れ物の保管期限については10/31（月）までとします。

# 10月の行事予定

日	曜日	内容	日	曜日	内容	日	曜日	内容
1	土	健康ウォーキング -中ブロック子どもの健全育成研修会	12	水	城西ふれあいホールオープンデー 二水会	23	日	城西まつり 城西プレーパーク
2	日	クリーンまつえ	13	木	城西からだ元気塾	24	月	ふれあいティーサロン 城西子ども広場
3	月	ふれあいティーサロン わいわいサロン、城西子ども広場	14	金	★(地域安全推進員・少年補導委員)	25	火	★(子ども会)
4	火	★(-中P)	15	土	健康ウォーキング	26	水	城西ふれあいホールオープンデー
5	水	あいさつの日	16	日	南平台あそび広場 行政書士講演・相談会	27	木	城西からだ元気塾
6	木	城西からだ元気塾	17	月	ふれあいティーサロン 城西子ども広場	28	金	★(交安協・交対協)
7	金	★(野津)	18	火	★(町内連合会)	29	土	健康講座
8	土		19	水	子どもと遊ぶ会、男性の料理教室	30	日	
9	日	地区対抗市民大運動会（総合運動公園）	20	木	城西からだ元気塾	31	月	ふれあいティーサロン 城西子ども広場
10	月	体育の日	21	金	★(きずなクラブ)			
11	火	★(内小P)	22	土	城西まつり			

★は青パトの日(担当団体・個人名)

〇〇 平成28年度 飲酒運転追放スローガン 〇〇

入賞作品『今日飲むの？車はお家でお留守番ね！』齋木 絆奈さん