

城西だより 11月号

平成 28 年 11 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

城西まつり



10月22日(土)23日(日)の2日間、「第38回城西まつり」が開催されました。オープニングは恒例となる城西幼保園と愛愛会の装束披露、南中ソーラン隊でした。2日間で約3,500名の来場者がありました。メイン会場をニコニコ交流館に移し、野外ステージなど初めての企画も多くありました。ご協力いただいた各団体・委員の皆様には大変お世話になりました。ありがとうございました。

公民館文化振興部より

岡山・旧閑谷学校日帰り研修

岡山藩主池田光正により創設された、庶民の子弟が学んだ現存する日本最古の庶民教育の学校です。国宝の講堂をはじめ聖廟や閑谷神社など、ほとんどの建造物が国の重要文化財に指定されています。ぜひご参加ください。

- ◆と き：11月29日(火)7:30~18:00(予定)
- ◆集 合：城西公民館玄関前 7:20集合
- ◆コ ー ス：松江→蒜山SA→吉備SA→旧閑谷学校→備前焼・備州窯→備前市内(昼食)→長船刀剣館博物館→蒜山SA→城西公民館
- ◆参 加 費：4,000円 ※当日は歩きやすい靴でおこしてください
- ◆申 込 み：11月10日(木)から受付を開始します。参加費を添えて申込みください。(定員40名になり次第締切り)

お問合せ・お申込み：城西公民館 26-2659

11月の交通安全

○高齢者の交通事故防止運動

10月21日(金)~11月10日(木)

1 冬季の自動車運転

- (1) 11月下旬になると、気温が低下し、早朝・夜間に道路が凍結することがあります。道路が黒く見えても、凍結していることがあります。(ブラックアイスバーン)自動車の運転は十分にスピードをおとすとともに、車間距離を十分とってください。また、スリップ事故の原因となる急ハンドル・急ブレーキ・急発進は絶対しないでください。
- (2) 11月下旬の気温低下に伴う路面凍結及び積雪に備えて、自動車のスタッドレスタイヤを準備するとともに、11月下旬にはスタッドレスタイヤに交換してください。

2 夜間の交通事故防止

- 11月になると日没が17時前後となり、夜間の交通事故が増加します。交通事故を防止するためには、自動車運転者が、遠くの距離で歩行者・自転車を発見する必要があります。したがって、交通事故防止のため次の対策をとってください。
- (1) 自動車の運転者は、夜間はハイビームで運転してください。
 - (2) 自転車の運転者は、早期に前照灯を点灯するとともに、夜光反射材を着用しましょう。特に、中学生・高校生は下校時が日没なので、リュックサックに夜光反射材を装着してください。
 - (3) 歩行者は、黄色や白色の明るい色の服を着用するとともに、夜光反射材を着用してください。特に、小学生は、下校時が日没なので、ランドセルに夜光反射材を装着してください。

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(11,12月)

受付年月日	受付時間	種 別	検診会場
11/8 (火)	9:00~9:30	結核 肺がん	県立武道館
	10:00~10:20		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
	13:00~14:00		城西公民館
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
12/7 (水)	10:00~11:30	結核 肺がん	城西公民館

防災部より~避難訓練のお知らせ~

今年も避難訓練を行います。

- ◆日 時：11月6日(日)8:30~12:00
- ◆場 所：城西公民館まで徒歩にて避難(移動)
- ◆研 修：9時からAED、非常食体験、応急手当、起震車体験他
- ◆鳥取県中部地震により皆様も危機感を身近に感じられた事でしょう。この訓練は有事の時のための研修です。どなたでもご参加いただけますので、興味のある方はご連絡ください。

お問合せ 城西公民館 (Tel.26-2659)

渡部達也さん講演&交流会

ゆるくたのしく地域が居場所になるために

子どもの自由な遊び環境を提供し、子どもたちの育ちを見守り続けている「たっちゃん」こと渡部達也さんを(NPO法ゆめ・まち・ねっと代表)をお迎えします。松江初講演です!

- ◆日 時：11月13日(日)10:00~15:30
- ◆場 所：城西公民館 交流ホール
- ◆参加費：500円
- ◆定 員：50名(定員になり次第締切り)★託児あります。
- ◆主催：城西公民館 共催：城西プレーパーク
後援：松江市教育委員会

お問合せ・申込み(※要予約)：城西公民館 Tel.26-2659

城西きずなクラブ

第2回研修会「からだと健康」

テーマ：急病「心臓発作と脳卒中」
急病についての前兆や症状、対応方法などについて、わかりやすくおはなししていただきます。

- ◆日 時：11月14日(月)13:30~15:00
- ◆場 所：城西公民館 交流ホール
- ◆講 師：松江市保健センター 青木保健師・飯野栄養士
- ◆参 加：無料(申込み不要・どなたでもお気軽にお越しください)
- ◆主 催：城西きずなクラブ 城西公民館

お問合せ：城西公民館 Tel.26-2659

救急法大会に参加

10月16日(日)県立武道館にて「第7回赤十字救急法競技大会」に城西地区有志チームが出場しました。城西地区からは毎年この大会に参加しており、今年は4チームのメンバーは、救急法の理解と実行する勇気を育むため熱心に練習を続け大会にのぞみました。当日は思いやりのある技術を披露し、結果も残すことができました。

秋深し、熱燗シーズン到来!・・・ではありませんが 我等・・・高齢者、健康管理にはくれぐれご注意!

公民館長 森 泰

10月も終わりにになると一気に寒くなりました。城西の皆様にはお変わりありませんか?

そろそろ大布団・・・えっ、もうとうに出しているの? さて、公民館は居場所のひとつ、共通話題、尽きぬ話題は、身体の具合、オリンピックのボート会場がどこになるかとアメリカ大統領選がどうなるかとどうでもいいの、老人にとっての重要課題は自分の身体。

・「ナント! タベは5回、トイレに行きました。今月の頻尿記録更新、ホンニ辛い、何かいい薬はないもんですか?」
・「寒いと血圧上がり気味、タマネギジュースをやっていますが血液サラサラ・・・どうもイマイチ」

・「私は毎日、美容院、ホントは病院、せめて気持ちだけでも明るく美容院に行くと言ってます」

・「ちょっと聞いてよ、私の場合、食事、晩酌チョコ2杯、ポンコツ状態ではありますが、整備、点検、怠りなく100は無理でも案外いいところで着陸しそうですわ」

やくたいもない、いつものわたくしのたわごとであります。ウォーキングって案外大切かも・・・歩きをやめてはや1年、熱燗シーズンの前から練習開始、「チョコ1つ、思わず2つ、みつザクラ」頭の中がお花見状態になるときあり。

そして、今、そのツケがポンコツ寸前の身体を直撃、体重ふえる、腹が出る、ズボンはけない、体力、気力、記憶力目に見えて急降下、現在、反省という深い海に沈没中。

そうそう、忘れていました。お伝えしたい大事なこと。

・10月、山陰ダスキン工場主催のニュースポーツ、パタンク大会で城西チーム優勝! 公民館の入口に大きなカップ。

・また10月、赤十字救急法競技大会、心肺蘇生の部で初参加の佐藤組優勝、昨年も城西は準優勝・・・城西地区は第1回から7年連続、地区、内小、1中、企業の30チームが参加、お世話をされる国屋のKさんはまさに「安全安心 縁の下の力持ち」的存在です。

・一方、突然の鳥取大地震、「わが町内の被害状況は?」と直ちに町内の様子を見回られた災害対策本部員もおられました。大切なことですね。そういう意味で危機に対する感覚と対処の在り方、根本的に考える必要がありませんか?

・最後は2日間の「城西まつり」の報告です。勇壮な幼保園児たちの藝演技でスタート、天候にも恵まれ、テント20張、松江ラーメンも正午600食で終了、各店も完売続出、「四季の松江」カレンダー(1000円)、何十部という売れ行きに作成本人びっくり、スカットボール挑戦者、親子700人、2日間の来館者総数は約3500人とか・・・? 世話人反省会も50数人参加で大いに盛り上がりしました。

でも城西ってスゴイデスネ、この2日間、公民館の内も外も大変な混雑、準備と後片付けも多くの皆さんのおかげで手際よく終了、けが人なく無事終わることが出来ました。まつり関係の皆様をはじめ、作品、演技鑑賞、たくさんの買い物で祭りを盛り上げて頂きました地域の皆様のご協力に深く御礼申し上げます。

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16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)

◆11月は7日(月)・14日(月)・21日(月)・28日(月)です。

※今月の健康チェックはおやすみです。

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

11月5日(土) 19日(土)

今月は集合時間 8:30 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★11月7日、14日、21日、28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 ★11月19日(土)

◆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 ★11月27日(日)

◆会場：南平台集会所 ◆時間：13:30~16:00

◎城西幼保園広場 ★11月17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

和田さか江様(中ノ丁) 須田美智子様(愛宕下) ありがとうございます。謹んでお悔やみ申し上げます。

~公民館からのお知らせ~

・11月8日(火)~9日(水)・29日(火)は研修会参加の為、事務室を閉鎖致します。

※貸し館は通常どおり行います。

当日公民館を使用される方は、前日までに公民館へ鍵を取りに来てください。

11月の行事予定

日	曜日	内容	日	曜日	内容	日	曜日	内容
1	火	★(一中P)	12	土		23	水	勤労感謝の日
2	水	あいさつの日	13	日	渡部達也さん講演&交流会	24	木	城西からだ元気塾
3	木	文化の日 綿の収穫(山王寺)	14	月	ふれあいティーサロン 研修会「からだと健康」、城西子ども広場	25	金	★(交安協・交対協)
4	金	★(野津)	15	火	★(民児協)	26	土	
5	土	健康ウォーキング	16	水	子どもと遊ぶ会、男性の料理教室	27	日	南平台あそび広場
6	日	防災訓練	17	木	城西からだ元気塾、幼保園広場	28	月	ふれあいティーサロン 城西子ども広場
7	月	ふれあいティーサロン 城西子ども広場	18	金	★(きすなクラブ)	29	火	岡山・旧閑谷学校日帰り研修 ★(後藤) 公民館事務室閉鎖
8	火	秋の中央ブロック人権交流会 ★(内小P) 公民館事務室閉鎖	19	土	健康ウォーキング、城西プレーパーク	30	水	
9	水	城西ふれあいホールオープンデー 二水会、秋の中央ブロック人権交流会	20	日				
10	木	城西からだ元気塾	21	月	ふれあいティーサロン 城西子ども広場			★は青パトの日(担当団体・個人名)
11	金	ADL体操 ★(地域安全推進員・少年補導委員)	22	火	★(子ども会)			

平成28年度 飲酒運転追放スローガン 入賞作品『のまないで きょうは、くるまできてるでしょ』 田中ゆりなさん