



平成30年2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

音楽で街づくりコンサート

寒い毎日が続きますが、城山の梅が小さなつぼみを膨らませ、春はそこまで来ています。
今年度からスタートした、街づくりコンサートで、城西のまちに音楽と笑顔のハーモニーが広がりました。多くの皆様のご支援に心から感謝いたします。さて、今年度しめくくりのコンサートは、トリオシュシュの歌とヴァイオリンとピアノの優しい演奏が、皆様を待ち遠しい春へといざなってくれることと思います。
たくさんの皆様のご来場をお待ちしております。

◆日時：3月13日(火) 10:30~11:30

◆場所：四十間堀「醫」3階多目的ホール

◆参加：無料

◆出演：トリオ シュシュ (狩野麻実さん・福間志保さん・渡部恵深さん)
◆その他：駐車場がありませんので、公共交通機関等でお出かけください。

お問合せ：城西公民館 (Tel.26-2659)



～健康増進事業～

体調を整える為のマッサージとストレッチ

簡単に“自分でできる”セルフマッサージ“の方法、効果などを学びます。全身をほぐし血行促進で寒い冬を乗り越えましょう。ぜひご参加ください。

◆日時：2月22日(木) 10:00~11:30(予定)

◆場所：城西公民館 千鳥

◆講師：福山尚樹さん(株式会社さんびる健康運動指導士)

◆参加：無料(要申込み)

※動きやすい服装でお越しください。

◆主催：城西公民館 保健体育部

お問合せ・お申込み：城西公民館 26-2659

報告 冬フェスタ

1月21日(日)公民館を会場に「子どもふれあい冬フェスタ2018」を開催しました。市民憲章かるた地区大会、プラレール広場、もちつき、ラダーゲッター、スカットボール、金魚すくい、凧づくり、けん玉ワークショップなど内容盛り沢山で、子どもから大人まで様々な遊びを楽しみました。



主催 内中原小学校 PTA・みんなの学校上映実行委員会
鳥根県教育庁 平成29年度 親子と地域をつなぐPTCA活動活性化事業

内中原小学校 オープンデー 特別企画

みんなの学校 上映会

平成30年
2月3日(土) 入場無料
バリアフリー版日本語字幕つき

上映時間 1部 9:00~10:46 (開場 8:40) 2部 15:00~16:46 (開場 14:40)
上映会場 松江市立内中原小学校 はちみつホール
※学校には駐車場がありませんのでお車での来校はご遠慮ください。

地球温暖化防止

2018年の冬は寒さが厳しく大雪となっている場所があります。この異常気象も地球温暖化が原因と考えられています。家庭から排出される二酸化炭素を削減し、地球温暖化防止に貢献しませんか。

- ①電気カーペットの設定温度は低く!
(3畳用、設定「強」→「中」、5時間使用)
省エネ 電気185.9kw、CO2削減量 約90kg 約4,000円節約
- ②ヒーターは、窓際に置く方が効率よく室内を暖めます。
★家庭の省エネ方法は、経済産業省資源I補給-庁のホームページで紹介しています。(http://www.enecho.meti.go.jp/)

城西公民館生活環境部・地球温暖化防止活動推進員

2月の交通安全

◆冬季の自動車事故防止

(路面の凍結・圧雪によってスリップ事故多発)

- (1) 自動車のスピードは落とし、車間距離を確保する。
- (2) 急ハンドル、急加速、急ブレーキはしない。
(ポンピングブレーキ活用)

城西地区交通安全協会・城西地区交通安全対策協議会

城西スリッパ卓球大会

今年度も、スリッパをラケット代わりにして卓球を楽しみます。卓球未経験の方も気軽に楽しめますので是非参加してみてください。

◆日時：2月3日(土) 19:00~21:00

◆場所：内中原小学校体育館

◆参加：無料(どなたでもご参加いただけます)

◆持ち物：スリッパ・体育館シューズ

◆申込み：申込みが必要です。

◆上位には豪華賞品。賞も多数用意しています。

◆主催：城西体育協会

お問合せ・お申込み：城西公民館 26-2659



糸紡ぎ体験教室

～綿から糸を紡ぎ小物づくりまで～

里山笑楽校では城西公民館と一緒に綿栽培を行っています。その綿を使って糸を紡いでみませんか。そして作品づくりにも挑戦してみましょう。

◆日時：2月17日(土) 13:30~16:00

◆場所：城西公民館(宍道湖1) 講師：金築純子さん(JUN工房)

◆参加料：2,000円(指導料・綿・道具・お茶含む)

◆定員：10名(軽作業ができる服装でおいでください)
スピンドルという道具を使って誰でも簡単に糸紡ぎが出来ます。紡いだ糸で小物づくりまでやってみましょう。

お問合せ・お申込み：多久和Tel.090-8606-0202 Mail:takuwaatsushi@gmail.com

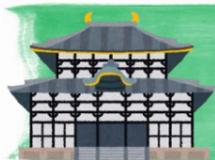
行政書士「終活」無料相談会及び講演会

相続・遺産分割の手続きなどについて講演を行い、日常のお困りごとや老後の備え等についてご相談に応じます。(行政書士には守秘義務が課せられています)

◆日時：2月18日(日) 14:00~16:00まで

◆場所：城西公民館 千鳥(講演)・堀川(相談会)

主催：鳥根県行政書士会松江支部 共催：城西公民館
電話：080-1938-7888(赤井)



こうなれば長生きするぞ！

公民館長 森 泰

ナント！わかりきったことではありますが、年を取るともう身体はガタガタ、歩けない、石段登れない、景色よりトイレが心配、外国旅行どころか日帰り旅行すら参加出来るかどうか一思量。

とはいいつつ、昨年、人権同和研修で奈良方面へのバス旅行に参加、60年ぶりの奈良の東大寺、大仏様にお会いできました。ホントにすごい！約1300年前の日本の技術力のすごさ、壮大さに圧倒されました。

でもテレビで見る世界の名所にも行ってみたい。エジプトはクフ王のお墓、今から4500年前、230万個の巨大な切り石を積んだ天にそびえる高さ約146mのピラミッド、宇宙人がつくったのでは？という説もあるくらい。

また中国を最初に統一した秦の始皇帝のお墓、70万人の労働力と40年の歳月をかけて作られたといわれますが、まったく世界は広い、当時の王様たちの財力と権力、わが家のお墓なんてもうケシ粒のケシ粒、メリケン粉。

お墓と言えばお葬式、のん気なガタガタ老人でもお迎えに備えた費用はいくらかかるのか心配になりました。

以下、インターネット世界の平均的な葬式費用ということですがどう思われますか？

アメリカ：約40万円・イギリス：約12万円・ドイツ：約20万円・韓国：約40万円・日本の神式：30～50万円

日本の仏式：平均は199万円（※財団法人日本消費者協会2010年度調査、但し葬儀数の1%以下のデータ）

「ホント！ご勘弁」我が家は仏式、なんでそんなに高いのよ。

「まだまだ、勘弁しないぞ！アンタところの戒名は昔から「院」、坊さん5人、香典返し、初7日法事とお食事費用、49日の法事に1周忌、行き先が天国か地獄か分かりませんが、ちゃんと準備をお願いします」という話。

蓮の葉っぱに乗せてもらうのにこんなにかかるものですか。

「1月は行く、2月は逃げる、3月は去る」なんて言いますが、とにかく「去る」は禁句。

さて、寒い時期、新聞の訃報欄もいつもより多いようです。

財力0のガタガタ老人ができることは、とにかくお迎え拒否！で頑張ることしかありません。同じ思いの皆様がいらっしやるとうれしな。今月は暗い話題となりました。深くお詫び申し上げます。

子どもと遊ぶ会

毎月、子どもさんと保護者さんが自由に遊べる空間を提供しています。参加希望者は当日公民館までお越しください。

◆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2月21日（水）10：00～11：30です。

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）
2月は…5日（月）、19日（月）、26日（月）

※今月の健康チェックは19日（月）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

2月3日（土）17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 ◆時間：学校終了後～17時 ◆会場：城西公民館にここ広場
- ◆2月5日（月）19日（月）26日（月）
- ◎南平台あそび広場 ◆時間：13：30～16：00 ◆会場：南平台集会所
- ◆2月25日（日）
- ◎城西幼保園広場 ※城西幼保園の園児さん対象です ◆時間：15：30～16：30 ◆会場：城西幼保園
- ◆2月1日（木）15日（木）

お問合せ：城西公民館 26-2659

香典返し御礼

土江 建一 様(内中原町)

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～

2月7日（水）
この日は、研修の為公民館事務室を閉鎖させていただきます。当日使用される方は、6日（火）までに鍵を受け取りに来てください。

2月17日（土）
午前中は、公民館の庭木の剪定の為、駐車場の使用を中止とし、貸館業務もおやすみさせていただきます。

2月の行事予定

日	曜日	内容	日	曜日	内容	日	曜日	内容
1	木	城西からだ元気塾 城西幼保園広場	12	月	振替休日	23	金	★(野津)
2	金	★(子ども会)	13	火	★(内小P)	24	土	
3	土	健康ウォーキング、みんなの学校上映会 スリッパ卓球大会(内小)	14	水	ふれあいホールオープンデイ	25	日	南平台あそび広場
4	日		15	木	城西からだ元気塾 城西幼保園広場	26	月	ふれあいティーサロン 放課後子ども広場
5	月	ふれあいティーサロン、子どもサポートくらぶ わいわいサロン、放課後子ども広場	16	金	★(きずなクラブ)	27	火	★(町内連合会)
6	火	★(一中P)	17	土	健康ウォーキング 糸紡ぎ体験	28	水	ふれあいホールオープンデイ
7	水	あいさつの日 公民館事務室閉鎖	18	日	行政書士無料相談会			
8	木	城西からだ元気塾	19	月	ふれあいティーサロン 子どもサポートくらぶ、放課後子ども広場			
9	金	ADL体操 ★(地域安全推進員・少年補導委員)	20	火	★(交安協・交対協)			
10	土	みそづくり体験	21	水	男性の料理教室、子どもと遊ぶ会			★は青パトの日(担当団体・個人名)
11	日	建国記念日	22	木	城西からだ元気塾 体調を整える為のマッサージとストレッチ			

◎◎ 平成29年度 飲酒運転追放スローガン ◎◎
入賞作品『ちょっとまで その1ぱいが 事故のもと』園山直樹さん