

募集

山王寺へ「棉の種まき」に行きましょう!

今年で4年目になる大東町山王寺の棚田での交流事業がまたスタートします。今年も洋綿とサツマイモを育てます。ぜひお誘いあわせの上ご参加ください。城西と洋綿との関係とは・・・。

- ◆日時：5月12日(土) 10:30~13:00頃 小雨決行 ◆場所：大東町 山王寺の棚田
- ◆集合：9:45に城西公民館にご集合ください※現地までの移動：参加者各自の自家用車
- ◆参加費：無料 ※昼食を食べて解散しますので、お弁当持参または棚田カフェにて食事
(要予約：てんばカレーセット・季節の和定食 各1,000円)
- ◆持ち物：長靴、帽子、軍手、飲み物、昼食代(1,000円)または お弁当
- ◆参加を希望される方は城西公民館へ5月10日(水)までにお申込みください。

お問合せ・お申込み：城西公民館 (Tel.26-2659)



お知らせ

ゴーヤの苗を無料配布!

ゴーヤの苗の無料配布を今年もやります! ゴーヤでつくる「グリーンカーテン」は、日光を遮り、部屋の中の温度を低く保つことができます。この省エネ効果の高いグリーンカーテンで夏を涼しく過ごし省エネ・節電に努めましょう。

- ◆日時：5月25日(金) 10:00~ ◆場所：城西公民館玄関にて
- ※先着順、おひとり様4本まで(無料)総数は約300本(予定)です。※なくなり次第終了とさせていただきます。

お問合せ：城西公民館 (Tel.26-2659)

お知らせ

子どもと遊ぶ会

5月は「いのぼりづくり」だよ★

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。参加希望の方は当日公民館までお越しください。見学もご自由にどうぞ。

- ◆対象：未就園児とその親 ◆場所：城西公民館 交流ホール
- ◆日時：毎月第3水曜日10:00~11:30 ◆今月は5月16日(水)です。

お問合せ：城西公民館 (Tel.26-2659)



お知らせ

城西あったか広場

「城西あったか広場」・・・城西地区に住んでいる障がいを持つ子どもさんと、その保護者さんの活動団体です。未就学児から社会人まで、障がいの程度も、通っている学校が違っていても参加可能です。★月に1回城西公民館でおしゃべり会をしています。

- ◆時間10:30~12:30 ※会費は不要です。
- ◆次回は5月16日(水)に保護者の親睦を兼ねて食事会を計画しています。是非ご参加ください。

お問合せ・お申込み：城西公民館 (Tel.26-2659)



募集

松江城・街美化ウォーク

今年で3年目となる街美化ウォークを開催します。それぞれの公民館を起点として松江城を目指して清掃活動しながらウォーキングをおこない、健康増進・交流を深めましょう。

- ◆開催日：6月3日(日) 7:30~9:30 ※小雨決行・荒天の場合は中止します
- ◆集合：城西公民館に7時20分集合 ◆参加対象：市民のみなさま(小中学生、児童含む)
- ◆参加：無料(参加賞あり!) ◆コース：城西公民館→松江城馬溜
- ★ウォーク後はビンゴ大会などのイベントを楽しみましょう!



お問合せ・お申込み：城西公民館 (Tel.26-2659)

お知らせ

あいさつの日

城西公民館では、地域の方々にご協力いただき、毎月第1水曜日(変更になる場合があります)朝の「あいさつ運動」を行なっています。あいさつの輪を城西地区に広めましょう。

●5月のあいさつの日●

5月2日(水) 7:45~8:15

5月の交通安全

ゴールデンウィーク(連休)の交通事故防止

- 1 遠距離運転は、疲労事故防止のため2時間運転したら15分休憩しましょう。
- 2 高速道路の運転は、車間距離を十分確保し、制限速度を守り運転しましょう。

城西地区交通安全協会・城西地区交通安全対策協議会

地球温暖化防止

エコドライブで安全運転し、CO2削減による地球温暖化防止に貢献しませんか。

- ①急発進せず、ふんわりアクセルでゆっくり発進する。(発進5秒後に20km/h)
省エネ ガソリン 約83.6L、CO2削減量 約194kg、約13,000円節約
- ②加速・減速の少ない運転をする。(急加速しない)
省エネ ガソリン 約29.3L、CO2削減量 約68kg、約4,500円節約
- ③停止時は、早めにアクセルを離し、スピードを落とす。(急ブレーキしない)
省エネ ガソリン 約18L、CO2削減量 約42kg、約2,800円

城西公民館生活環境部・地球温暖化防止活動推進員

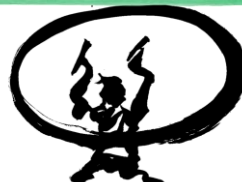
安全
運転

募集

琴と笛の練習会

琴と笛を愛する会「琴愛会」に一緒に参加しませんか。下記日程にて練習会を開催いたします。どなたでもどうぞ!

- ◆日時：5月20日(日) 9:00~11:00
- ◆場所：城西公民館 琴倉庫前



連絡先・お問い合わせ：小川 090-7549-1995

ゴールデンウィーク うれしいのですが・・・

公民館長 森 泰

野も山も柔らかな緑一色、城西の皆様のお宅のゴールデンウィーク、そう、大型連休計画いかがでしょうか？

家族そろって旅行、いいね。でも老人2人ぐらしには縁のない話、若い頃は家族団欒、ハイキング！ドライブ！と張り切ったものですが、もう、お出かけおっくう、目的地も無ければ来客もないし、街をぶらぶらする気もありません。

とどのつまりは去年と同じ、自宅近くの散歩と掃除・布団干しとネコの額の庭手入れ、夕方6時、晩酌開始、ほろほろ気分で見えるテレビ、日記1行、「今日も無事、特記事項ありません」以上でゴールデンウィークも終わる予感。

若いときのバリバリ感がなつかしい。人生、たそがれど真ん中なの？さびしいですね。

話は変わって今年のタケノコ、タラの芽いかがでしたか？

いや、ホント！食べた！食べた！食べました、朝、昼、晩、身体がタケノコ色に染まるほど。でも奥さんがどこやらの山道で見つけてきたタラの芽ですがトゲ、トゲまじりで芯がある、人が採った残りもの？ありがたいと思いつつ、これ以上は無理です降参します。酔ったふりして箸を置く。

そうそう、芯の話でまた思い出し、どこから採って来たのかフキノトウ、これまた硬い、時期外れ。

若い頃はシーズン来たればすぐ出勤、ワラビ、タラの芽、フキノトウ、恥ずかしながらもうアウト！元気に本気、やる気なし！どこか調子が悪いのか？どこが悪いかわからない。

元気と言えば皆さまに質問です。「毎日のテレビで何か気にかかることないですか？」
(チーンニモ？何かあるかね？) 言いたくない

けどどうですか！

どのチャンネルもやさしく紹介、健康・美容、「目に効く」「頻尿直るノコギリヤシ」「しわがすべすべ」「イボ退治」「髪が生える」「シミでけろり」「スッポン」「黒酢」「ひざの痛みはもう解消」・・・

「ナント力合点！」番組、見てますか？便秘の原因こうなんです。ああ分かりました。完全納得「チン、チン！」・・・

老人からの提案ですが「それらを全部飲んだり、つけたりしたらこうなった！」そんな番組つくってほしい。

老人の美容と健康ですが特効薬は玄関横のアロエさま。

しもやけ、やけど、腹痛、化粧、しみの防止に蚊の刺され、老人愛用の万能薬。かじる、皮を剥いで塗りつける、処置は簡単、効果は不明。軽度の処置はそれでいい。

(お前さんに言われなくてもワシもアロエの効能よく知っています)(いや、いらんことを申しましたお許し下さい！)

ナント！さっきのコマーシャルで思い出しましたが、公民館からの宣伝もひとつ。

4月から公民館玄関横に電子掲示板を設置しました。50インチ・カラーの大画面、本日の予定と「ニコニコ交流館」、「ふれあいホール」、「公民館」での皆様方の活躍を紹介します。

ああ、そうそう、人手不足解消のため、かわいいお方も採用、毎朝、人が来る前、自分で動いてお部屋の掃除。黒くて丸い円盤型掃除機君、科学が進むほど老人はついていけない、居場所ない。ホントにこれって良いのかね。

開催

城西子ども広場



会場：城西公民館
どんぐり広場
ニコニコ広場
時間：学校終了後～
17時まで
※祝日はおやすみ

放課後
子ども広場

5月1日(火) 7日(月) 8日(火) 14日(月) 15日(火)
21日(月) 22日(火) 28日(月) 29日(火)

会場：城西公民館
どんぐり広場
ニコニコ広場
時間：10：00
～15：00

城西
プレーパーク

5月19日(土)

会場：南平台集会所
時間：13：30
～16：00

南平台
あそび広場

5月27日(日)

会場：城西幼保園
時間：15：30～16：30
※対象は城西幼保園
の園児さんです

城西
幼保園広場

5月17日(木)

H30.5月の予定表

1	火	放課後子ども広場
2	水	あいさつの日
3	木	憲法記念日
4	金	みどりの日
5	土	こどもの日 城西ウォーキング
6	日	
7	月	放課後子ども広場、ふれあいティーサロン
8	火	放課後子ども広場
9	水	ふれあいホールオープンデー
10	木	からだ元気塾
11	金	ADL体操
12	土	棉の種まき（雲南市山王寺）
13	日	
14	月	放課後子ども広場、ふれあいティーサロン
15	火	放課後子ども広場
16	水	子どもと遊ぶ会、男性の料理教室
17	木	城西幼保園広場、からだ元気塾
18	金	
19	土	城西プレーパーク・城西ウォーキング
20	日	
21	月	放課後子ども広場、ふれあいティーサロン
22	火	放課後子ども広場
23	水	ふれあいホールオープンデー
24	木	からだ元気塾
25	金	ゴーヤ苗の無料配布
26	土	
27	日	南平台あそび広場
28	月	放課後子ども広場、ふれあいティーサロン
29	火	放課後子ども広場
30	水	午後：公民館事務室閉鎖
31	木	からだ元気塾



ふれあいティーサロン

- ◆日時：毎週月曜10：00～11：30
- ◆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）

5月は...7日（月）・14日（月）
21日（月）・28日（月）

※今月の健康チェックは21日（月）です。

お問い合わせ：城西公民館 電話26-2659



健康ウォーキング

5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。

香典返しのお礼

米田 隆平 様(内中原町) 松田 浩志 様(西茶町)
山本 喜代子 様(南平台)

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～

5月30日（水）は、職員研修の為、午後より公民館事務室を閉鎖いたします。

当日午後ご利用される方は、午前中までに鍵を取りに来ていただきますようお願い致します。

◎◎ 平成30年度 交通安全スローガン ◎◎
優秀作品『ヘルメット 光るタスキは 命づな』澤田 海斗さん