

**募集**

## 城西まつりボランティア・個人作品

城西まつりボランティア募集!!!  
一緒にまつりを盛り上げていただける方ご連絡  
お待ちしております。

- ◆日時：10月27日(土) 28日(日)  
10:00~15:00(ご都合のつく時間)
- ※10/26(金)の前日準備・29日(月)の  
後片付けも募集しています。

城西まつり(2日間)公民館内で展示していただける個人  
作品を募集します。

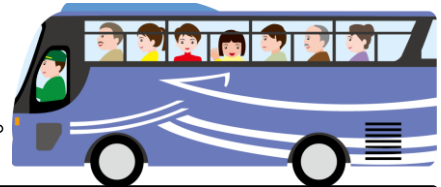
- ◆募集期間：9月21日(金)まで(定数になり次第締切り)
- ◆展示期間：10月27日(土) 28日(日) 両日
- ※詳しい内容は、出展決定後に連絡いたします。

お問合せ・お申込み：城西公民館 (Tel.26-2659)

**募集**

## 公民館文化振興部日帰り研修 尾道市~耕三寺参拝・万田発酵見学~

- ◆日時：10月30日(火) 8:00出発~17:00着予定
- ◆集合：城西公民館玄関前 7:45集合
- ◆参加費：4,000円 ※当日は歩きやすい靴でおこしください。
- ◆申込み：参加費を添えてお申込みください。(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 (Tel.26-2659)

**募集**

## ~世界に一つのアクセサリを作ってみませんか?~ 大人のガラス細工体験

大人の方を対象に、リサイクルガラスを使ってアクセサリを作る体験を行います。ガラスのカケ  
らを重ね合わせ、ガラス工芸用の電気炉で焼成します。今回は、ペンダントとイヤリングのセット、  
または、ペンダントを2個。完成品は、城西まつりで展示後にお渡しいたします。

- ◆日時：9月26日(水) 10:00~12:00
- ◆場所：城西公民館 どんぐり館 ◆参加費：400円(材料・金具付)
- ◆定員：20名(先着順) ◆指導：生活エンジョイクラブの皆さん
- ◆持ち物：エプロン、ピンセット、手袋(ガラスを扱うので厚手のゴム手袋や作業用グローブ)



お申込み・お問合せ：城西公民館 (Tel.26-2659)

## 秋の山王寺で草刈り! さわやかな汗を流しませんか?

洋綿はコットンボールが順調についています。周辺の草も負けずに伸びています。収穫前の最後の草刈  
となりますので、ぜひお誘いあわせの上ご参加ください。

- ◆日時：9月15日(土) 7:30~8:30頃(作業は1時間程度) 小雨決行
- ◆場所：雲南市大東町 山王寺 ◆集合：7:00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 ◆持ち物：長靴、帽子、軍手、草刈作業のできる服装、飲物
- ◆参加を希望される方は城西公民館(26-2659)へ9月13日(木)までにお申込みください。

お知らせ

# 「城西地区寿のつどい」のご案内

- ◆日 時：9月12日（水）11時～14時（予定）
  - ◆会 場：夕景湖畔すいてんかく ◆会 費：2,500円
  - ◆対象者：満75歳以上の方（昭和18年9月1日以前にお生まれの方）
- この席上で白寿・米寿の方々へお祝いの品を贈呈いたします。多数の方のご参加をお待ちしています。



お問合せ：城西公民館（Tel.26-2659）

お知らせ

# げんきげんき

9月は「風船ボールを作って遊ぼう！」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。

- ◆日 時：毎月第3水曜日10：00～11：30◆今月は9月19日（水）です。
- ◆対 象：未就園児とその親 ◆場 所：城西公民館 交流ホール
- ◆持ち物：飲み物



お問合せ：城西公民館（Tel.26-2659）

## 城西地区 がん集団検診日程表（10月）

受付年月日	受付時間	種 別	検診会場
10/31(水)	13：30～15：30	乳がん	城西公民館
	13：30～15：30	子宮がん	城西公民館

※乳がん：9/3(月)から予約開始（予約先：島根県環境保健公社61-8077）受付時間：平日9～17時

お問合せ：松江市健康推進課（Tel.60-8174）

お知らせ

松江市在宅医療・介護 市民講座～城西地区のいま・これからと医療・介護について～

# 城西地区でこれからもあんしんしてくらすために

住み慣れた地域ですっと暮らし続けたい・・・。「入院したら、その後はどうすれば家に帰れるの？」「介護サービスを利用しながら自宅ですごすにはどうしたらいいの？」「在宅医療ってなに？」「今からできる心づもりや準備はあるの？」地域のみなさんと一緒に考えてみませんか？

- ◆日時：9月26日（水）14：00～16：00
- ◆内容：在宅医療と介護について 寸劇「家で暮らそう」
- ◆出演：城西地域の皆様、山本内科医院 山本悦正先生 井上幸歯科医院 井上幸夫先生  
城西地区および周辺地区の医療・介護関係者の皆様



- ◆「松江市安心ガイド」「終活支援ノート」について 松江市健康政策課
- ◆講話：「松江市・城西地域における医療と介護について(仮)」湯原内科医院 湯原紀二先生
- ◆参加：無料（要申し込み）

お申込み・お問合せ：城西公民館（Tel.26-2659）

## 第36回市民体育祭「地区対抗大運動会」

松江市の地区対抗大運動会が今年は開催されます。競技はもちろん、ぜひ応援にもかけつけてください。城西地区で一致団結し、楽しく参加しましょう！

- ◆日時：10月7日（日）9：00～15：30頃 小雨決行※予備日なし◆会場：松江市陸上競技場

お問合せ：城西公民館（Tel.26-2659）





# 百聞は一見に如(し)かず 百見は一験に如かず・・・とか

公民館長 森 泰

城西の皆様、今年の夏の暑さ、どう過ごされましたか？ホント！思い出すのもイヤになるほどの猛暑の連日、夜になっても2階は熱気むんむん、老人にとっては青息吐息、干からび状態、また国内各地 災害多発、もう災難としかいいようのないこの夏でした。

そうそう、どなたか持参の新聞の切り抜き「よ」のつく言葉「よちよち」はもう75年前、今、「よぼよぼ」「よれよれ」「よろよろ」「よたよた」気力、体力、すべて消耗のこの夏でした。

またサラリーマン川柳（第一生命保険会社募集）愛読の方の推薦いくつか（・・・何か自分のことを言われているみたい？）

- ◆老後にと 米寿（88才）の父が貯金する
- ◆減塩の メニュー頼んで 塩かける
- ◆売り言葉 買って2倍に 返す妻
- ◆デジカメの エサはなんと 孫に聞く

話は変わって城西の皆様、県立美術館の「甦る世界の文化財」行かれましたか？

ホント！老人には難しいことはわかりませんが最先端科学技術+日本古来の匠（たくみ）の技+美術+時代考証等々による数々の遺物の再現、国宝級の仏像等に直接触れることができるなんてこれはもうノーベル賞候補、感動でした。

これまたテレビのニュース。ナント！この夏、7万人？もの人が熱中症にかかったとか。

不肖、砂子老人も8月4日、松江藩初代藩主堀尾忠氏公の法要（円成寺）に参加、法要終了後、鉄砲隊の演武見学。汗ダラダラ、木陰にいる内、めまいと同時にダウン！

気がついたら参拝？の看護師の方による応急手当。両脇、首の後ろに冷えたペットボトル数個。参加しておられた知り合いの館長さんに自宅まで送っていただきました。

原因？暑さだけでなく、前夜の韓国城西訪問の先生方との盛り上がり寝不足かも？…反省、反省、猛反省。

鉄砲隊の皆様、参加の皆様方に大変ご迷惑をおかけしました。「百見は一験に如(し)かず」…美術館見学、熱中症ともに実感として「わかった！」ということをご報告します

なお、5日の朝は、花火大会の後始末のゴミ拾いボランティア、末次公園は勿論、県立美術館のあたりまでたくさんの皆さんが活動しておられてびっくり。城西の方もご夫婦を含め何人かお見かけしました。エライ！松江という街も捨てたもんじゃないぞ！

夕方、車を取りにお寺までポクポク。初めて歩く路地にまた驚き「松江の路地探検も面白いかも？」と若干、ふらつく頭での感想。晩酌は缶ビール1個。「エライ経験をした夏だった」とはやばや就寝。ホント！エライ1日でした。

城西にはこのような老人もいます。残暑厳しき折、皆様におかれましてはくれぐれも健康管理にお気をつけ下さい。

開催

## 城西子ども広場



放課後  
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  
※祝日はおやすみです

9月3日(月)※放課後子どもキッチン  
4日(火)10日(月)11日(火)18日(火)25日(火)

城西  
プレーパーク

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

9月29日(土)

南平台  
あそび広場

会場：南平台集会所  
時間：13：30  
～16：00

9月30日(日)

城西  
幼保園広場

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

9月20日(木)

# 秋季クリーンまつえ

日時：10月7日（日）

午前7：30～8：30



※ごみの搬入は8：00～11：00まで

詳しくは今月配布の回覧チラシをご覧ください。

お問い合わせ：松江環境保全部環境保全課 電話55-5278



# 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）

9月は...3日（月）・10日（月）

※今月の健康チェックはおやすみです。

お問い合わせ：城西公民館 電話26-2659

# 健康ウォーキング



9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。

お問い合わせ：城西公民館 電話26-2659

## 香典返しのお礼

中島 邦雄 様(外中原町) 西村 伊正様(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。

## H30.9月の予定表

1	土	城西ウォーキング
2	日	城西大運動会
3	月	ふれあいティーサロン、子どもサポートクラブ 放課後子ども広場（子どもキッチン）
4	火	放課後子ども広場
5	水	あいさつの日
6	木	からだ元気塾
7	金	
8	土	
9	日	
10	月	歴史講座（法眼時） ふれあいティーサロン、放課後子ども広場
11	火	放課後子ども広場
12	水	寿のつどい、ふれあいホールオープンデー
13	木	からだ元気塾
14	金	ADL体操
15	土	城西ウォーキング、山王寺除草作業
16	日	
17	月	敬老の日
18	火	放課後子ども広場
19	水	げんきげんき、男性の料理教室
20	木	からだ元気塾、城西幼稚園広場
21	金	
22	土	
23	日	秋分の日
24	月	秋分の日振替休日
25	火	放課後子ども広場
26	水	大人のガラス細工体験 松江市在宅医療・介護 市民講座 ふれあいホールオープンデー
27	木	からだ元気塾
28	金	
29	土	城西プレーパーク
30	日	南平台あそび広場



平成30年度 交通安全スローガン



優秀作品『いちれつに きちんとならぶ とうげこう』細田 めいさん