



Jyosai Kouminkan News

令和2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

募集

松江城・街美化ウォーク

今年で5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：11月14日（土）7：30～9：00 ※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：市民のみならず（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
 - ◆申込み：11月5日（木）までに城西公民館へお申し込みください。
- ※新型コロナウイルス感染防止対策とし、以下のご協力をお願いします。
- ◆当日各自で検温発熱37.5度以上・咳等風の症状がある方は参加をご遠慮願います。
 - ◆手指消毒、マスク・手袋の着用の徹底をお願いします。
 - ◆受付時、ウォーキング中に参加者同士2メートルの距離を置き密集を避けてください。
 - ◆参加申し込み時に、名簿作成のため（氏名・住所・連絡先電話番号）お知らせください。
 - ◆新型コロナウイルス感染症の状況により中止とする場合があります。



お問合せ・お申込み：城西公民館（Tel26-2659）

募集

「お隣さんは外国人」～文化の違いを学ぼう

松江市の国際交流員さん（中国とアイルランドの方）から日本との文化の違いを学んでみませんか？文化の違いを学ぶことにより外国の方に対する理解が深まるかもかもしれません。みなさまのご参加をお待ちしております。

- ◆日時：12月11日（金）13:30～15:00終了予定
- ◆場所：城西公民館 宍道湖
- ◆講師：松江市の国際交流員さん
- ◆申込み：12月7日（月）までに城西公民館へお申し込みください。（定員40名）



中華人民共和国 日本 アイルランド共和国
それぞれの文化の違いを学びましょう

お問合せ・お申込み：城西公民館（Tel26-2659）主催：つながりの会（城西地区人権教育推進協議会）

報告

楽しかったね！ 堀川カヌー体験

10月3日（土）に開催した「堀川カヌー体験」は50名ほどの親子さんたちが参加してくださいました。初めてひとりでカヌーに乗る子ども、経験したことがある子どももみんな上手に漕いでいました。低学年、幼保園の子どもたちもお父さん、お母さんと一緒にペアカヌーを楽しく漕いでいました。秋晴れの一日、楽しい体験になりましたね。



お問合せ：城西公民館（Tel26-2659）

ご案内

地域交流サロンの開催



11月17日(火)

10:00~11:30

ふれあいホール(末次町)

<内容>

・終活についてのお話

講師: 山川立夫氏

(行政書士)



11月30日(月)

10:00~11:00

ふれあいホール(末次町)

<内容>

・3B体操で心身ともに

リラックス

講師: 森山かおるさん



12月10日(木)

10:00~11:30

南平台集会所(南平台)

<内容>

・宅配Cook1-2-3

出前講座

配食弁当の試食有

・うらら号移動販売



参加ご希望の方は公民館までお申し込みください。12月以降も城西だよりにてご案内いたします。
※この事業は松江市社会福祉協議会から配分を受けた篤志寄付金を財源として行っています。

主催: 城西地区社会福祉協議会 お問合せ: 城西公民館 (Tel.26-2659)

募集

ニュースポーツふれあい交流会 ~ペタンク大会~

今回は、ペタンクを通して、異年齢の皆さんと地域交流を図ります。
初めてスポーツをする方、老若男女どなたでも気軽に楽しめるニュースポーツです。
この機会に、家族地域の仲間と参加してスポーツ交流を深めませんか。



◆日時: 11月15日(日) 午前9:00 開会式(少雨決行)

(受付: 8:45 代表者が受付をしてください)

◆場所: 城西ニコニコ広場(城西公民館となり)

◆参加費: 無料※要申込み(中学生以上ならどなたでも)

◆競技方法: 1チーム3名編成(男女混合可)

◆定員: 3人1組で先着12組まで受け付けます。

◆申込み: 11月10日(火)迄に、必ず3人1組で、代表の方がお申し込みください。

★各賞豪華景品あり! 水分補給用の飲み物をお持ちください。

11月14日(土) 13:30~
練習会をします。

お問合せ・お申込み: 城西公民館 (Tel.26-2659)

募集

健康づくり活動 ~椅子に座ってできるやさしい運動講座

年齢に関係なく身体機能は日々低下していきます。生活様式が変わった今、
運動不足は深刻な社会問題となっています。
自宅のできるかんたんな運動を日々生活に取り入れ健康な身体を手に入れましょう。



握力が弱くなってきたわ~

◆日時: 11月25日(水) 13:30~ ◆会場: 城西公民館

◆内容: 自宅のできる簡単な運動(呼吸法、ストレッチ、筋トシ、握力運動と脳トシ)

◆参加: 無料(どなたでもご参加いただけます) 必ず城西公民館までお申し込みください。

◆講師: 坂本睦子さん(運動指導士) ◆服装: 運動のできる服装・筆記用具



要申し込み・お問合せ: 城西公民館 (Tel.26-2659)

新型コロナウイルス感染症防止対策のため 公民館にお越しの方は、以下のことにご注意ください。

*館内では必ずマスクの着用、手指の消毒をお願いします

*体調の悪い方(咳、発熱など)は参加を見合わせてください

*実施日より過去14日以内に発熱や感冒症状で受診や服薬等された方
また感染拡大地域や国へ訪問された方は参加をお控えください

*感染状況により予定が変更になる場合がありますのでご了承ください



つながる気持ち

公民館長 畠山 直文

「『ありがとう』『ごめんなさい』『おつかれさま』『おだいじに』『おはよう』『ただいま』つながる言葉を使い続けたら、きっと人を傷つけることも減ると思うよ。」コロナ禍のなかで感染者等への誹謗や中傷など、人権を侵害する行為が問題になっています。そのようなとき、ある広報紙に描かれたマンガが、目にとまりました（市人権施策推進課発行 Only One 第13号）。人を傷つける行為を減らしていくために、あいさつなど人とつながる言葉を使い続けること。これは、とかく「〇〇しない」といった、配慮に欠ける言動に意識が向きがちであった私にとって新鮮に映りました。

毎月第一水曜日には、月照寺橋のたもとに立ってあいさつ運動に参加しています。朝の通学や通勤の時間、たくさんの小学生や中学生、高校生、社会人が通っていきます。あいさつをしても返事の返ってこない人もいます。大勢の人たちが行き交うなか

でのあいさつなので、気づかなかつたりゆとりがなかったりすることもあると思います。加えてあいさつ運動に参加する側も、たくさんの方々が並んでの声かけなので、なおさらかもしれません。しかしそのようななかで、きちんと私に向かってあいさつを返す子どもや大人も少なくありません。なかには、自ら進んであいさつをしてくる人もいるのです。

このような混雑する状況のなか、あいさつをする人は、私の存在を認めたくえで、つながる気持ちを伝えてくださっています。つながる言葉を使い続けることで、行動を通して相手を大切に思う気持ちがより確かなものになっていくのではないのでしょうか。それが結果として、傷つける言葉を減らしていくことになるのかなと思いました。

コロナ禍が続きます。まずは自分自身から。家人に対して何となく曖昧に伝えていた「おはよう」と「ただいま」を、気持ちを入れて伝えていこうと思います。

開催 **げんきげんき** 未就園のお子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。基本的に毎月第3水曜日の10:00~11:30 参加希望の方は当日公民館にお越しください。見学もご自由にどうぞ。

◆対象：未就園児とその保護者

◆場所：城西公民館 交流ホール ◆今月は **11月18日(水) 10:00~** です。



開催 **城西子ども広場**

<p>放課後子ども広場</p> <p>会場：城西公民館 どんぐり広場 ニコニコ広場</p> <p>時間：学校終了後 ~17:00</p> <p>11月2日(月) 9日(月) 16日(月) 30日(月)</p>	<p>城西ルーパーク</p> <p>会場：城西公民館 どんぐり広場 ニコニコ広場</p> <p>時間：13:00 ~16:00</p> <p>11月7日(土)</p>
---	--

<p>南平台あそび広場</p> <p>会場：南平台集会所</p> <p>時間：13:30 ~16:00</p> <p>11月29日(日)</p>	<p>城西幼保園広場</p> <p>会場：城西幼保園</p> <p>時間：15:30 ~16:30</p> <p>※対象は城西幼保園の園児です</p> <p>11月19日(木)</p>
---	---

【みなさんのご意見をお聞かせください】

パブリックコメント「松江市文化芸術振興条例（案）」意見募集
 期間：11月4日（水）～12月4日（金）
 閲覧場所：市ホームページ、本庁・支所行政資料コーナー
 問い合わせ先：地域振興課（〒690-8540末次町86）
 ☎55-5519 FAX55-5665 メールchiiki@city.matsue.lg.jp
 ホームページ [松江市 文化芸術 意見募集](#)で検索

城西地区 結核・肺がん集団検診日程

受診に際し健康チェック、マスク着用等のご協力をお願いいたします

検診日	受付時間	検診会場
11/4 (水)	9:00～10:00	島根県立武道館
	10:20～10:50	中原町 松江しんじ湖温泉横カーテックスーパースタジアム
	11:10～11:30	黒田町 千鳥県職員宿舎2号棟付近
	13:30～14:40	城西公民館
11/6 (金)	9:00～9:30	内中原小学校西昇降口
	10:00～10:30	南平台ロータリー
	11:00～11:20	国屋町夜夜神社入口

香典返しのお礼

山田 弘子様(西法吉町)

青山 直人様(砂子町)

ありがとうございました。謹んでお悔やみ申し上げます。

**ふれあい・テイクアウト
健康ウォーキング**



11月もお休みです。

再開に向け準備中です。しばらくお待ちください。

お問い合わせ：城西公民館 電話26-2659

～公民館からのお知らせ～

◆今月の「あいさつの日」は、
11月4日（水）です。気持ちの良い日を朝のあいさつから始めてみませんか？

あいさつ橋（月照寺橋）付近を中心にあいさつ運動をしております。新型コロナ感染防止のため、密にならないよう、子どもたちの登下校時間に合わせ、自宅の前や近所で「おはよう」「おかえり」などの声かけをお願いします。

公民館事業で撮影した写真は、広報紙やホームページ等に掲載させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。また、個人で撮影された写真や動画につきましてはお取扱いに十分ご注意ください。皆様のご理解ご協力をお願いいたします。

R02.11月の予定表

1 日
2 月 放課後子ども広場
3 火 文化の日
4 水 あいさつの日
5 木 からだ元気塾
6 金
7 土 城西プレーパーク
8 日
9 月 放課後子ども広場
10 火
11 水
12 木 からだ元気塾
13 金
14 土 松江城・街美化ウォーク
15 日
16 月 放課後子ども広場
17 火
18 水 げんきげんき
19 木 からだ元気塾 幼保園広場
20 金
21 土
22 日
23 月 勤労感謝の日
24 火
25 水
26 木 からだ元気塾
27 金
28 土
29 日 南平台あそび広場
30 月 放課後子ども広場