

鹿島公民館だより 1月号

松江市鹿島公民館 平成31年1月発行

〒690-0332 松江市鹿島町佐陀本郷 640-1

Tel 0852-55-5716・55-5707

Fax 0852-55-5718

E-mail kashimak@mable.ne.jp



鹿島公民館運営協議会 会長 桑谷 充男

鹿島公民館館長 田中藤一郎

職員一同



平成三十一年 元旦

旧年中は、地域の皆様には公民館活動に多大なるご支援・ご協力をいただき、誠にありがとうございました。

本年も変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げますとともに、皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

あしんで
新春のお慶びを
申し上げます



第27回 新春 囲碁大会のご案内



- 場 所 鹿島公民館 1階 八重垣 (和室)
- 日 時 平成31年1月27日 (日) 9時30分～
- 締 切 1月18日 (金) までに連絡をお願いします。
- 会 費 1,000円 (弁当・茶菓子代) 当日集金します。
- 申 込 各世話人へ出欠と段・級位併せてお知らせください。

中電 田尻清二 佐太 山崎廣安

恵曇 青山賢治 講武・御津 古瀬 篤

又は鹿島公民館 (Tel55-5716) まで



鹿島公民館 成人部・環境部活動報告

～うどん県で本格手打ちうどん体験～

11月29日(木)に公民館成人部主催で、香川県高松市にある中野うどん学校へ「本格手打ちうどん体験」に行ってきました。うどん学校へ着くと、威勢のいい女性の軽快なおしゃべりと指導で、本格手打ちうどん体験へ。音楽に合わせて踊りながらの楽しい手打ちうどん体験になりました。



皆さん真剣です

栗林公園を散策しました。

がんばってー！！

記念撮影 ハイチーズ！(๑)!

当日は天気も良く、楽しい館外視察になりました。

～ふるさと鹿島再発見 in 講武～

12月1日(土)に公民館環境部主催で、「食と歴史を再発見！！」を目的に、講武交流館から「いやしの森」をめざし、参加者30名でウォーキングをしました。天気を心配しましたが時折晴れ間が差し込み、無事往復約9キロの道のりを歩くことができました。



頑張るぞ～！

「いやしの森」吉原会長より、お話をいただきました。

ピザ・いのしし汁 美味しかったです。

参加者で美味しく、いのしし汁やピザをいただきました。ご協力いただきました、講武地区の皆様ありがとうございました。

1月の「かしまパンビクラブ (乳幼児学級)」

主催：鹿島地区社協

ママ&パパたちのリフレッシュに、バランスのよいメニューを楽しくクッキングしませんか。今回は「おしゃれなワンプレートランチ」に挑戦します。お手伝いできるお子さんは一緒に♪赤ちゃんは隣のお部屋でまあまさんが託児してくれます！ご参加お待ちしております。

- 日 時 1月17日(木) 10:00～13:00
- 場 所 鹿島公民館 1階 調理室・八重垣
- 講 師 みさか よりえさん(栄養士・料理教室講師)
- メニュー ・カンタン手作りパン(ピザ・フォカッチャ) ・チキンナゲット
・かぼちゃのポタージュスープ ・簡単プロマンジェ～フルーツソースがけ～



※保健師さんによる「血管年齢&体組成計のチェック」も体験できます！

- 参加費 1家族 200円
- 申込み 1月15日(火)までに申込みください。
- 持ち物 エプロン・三角巾・手拭用タオル・マスク

※初めて参加される方は、鹿島公民館(電話55-5716)へご連絡ください。



第2回健康講座

主催：松江地域糖尿病対策会議 鹿島地区健康まつえ21推進隊

共催：鹿島公民館

「あなただけに教えます！ “元気に長生きする秘訣”」

いろいろな健康法があるけれど・・・“元気に長生きする秘訣”を知っておくことが一番大切！
松江赤十字病院の佐藤先生に楽しく教えていただきます。また、藤原理学療法士が誰でも手軽にできる体操も実践していただきます。ぜひこの機会に、健康で自分らしく暮らし続けるコツを学びませんか。動きやすい服装でお越しください、ご参加お待ちしております！

参加費
申込み
不要！

◇日時 1月27日（日）10時～11時30分

◇会場 鹿島公民館 2階 正庁

◇講師 松江赤十字病院

糖尿病・内分泌内科部長 医師 佐藤 利昭 先生

リハビリテーション科 理学療法士 藤原 光 先生

◇問合せ 鹿島公民館 Tel 55-5716

早めに到着された方は無料の喫茶コーナーをご利用ください！



松江地域糖尿病対策会議とは・・・

松江地域の医師、歯科医師、薬剤師、保健師、保健所、市などのスタッフにより構成されています。**糖尿病の発症や合併症を防ぐため**、様々な講演会の開催や病院同士をつなぐ仕組みづくり等を進めています。また、**近年、糖尿病が悪化して人口透析が必要となる人が増えており**、その対策についても同会議で検討を行っています。
年間を通じて講演会や研修会を開催していますので、今後ぜひご参加ください。

健康体操講座



○日時：1月16日（水）

○時間：11:00～12:00

○会場：鹿島公民館

2階正庁

※参加費・申込み不要です。

※動きやすい服装でお越し

ください。

〈講座の内容〉

- ☆音楽を聞きながら運動
- ☆楽しく歌う口腔体操
- ☆記憶力アップ
(認知症予防)

* 読書推進部からお知らせ *

〈1月の図書室 利用日〉

開館時間：平日 9:00～16:30

貸出し日：毎週木曜日

貸出し時間：10:00～12:00 13:00～15:00

貸出期間：2週間、2冊まで

休館日：土・日・祝日・年末年始

※ 1月の本の環境整備はお休みします。



ご寄付御礼

下記の方々よりご寄付をいただきました。
ご厚意に対し厚く御礼申し上げます。

〈香典・玉串料返し〉(12月18日現在)

中村 伸司 様(佐陀本郷)

井上 貴博 様(名分)

安達 健市 様(名分)

故人のご冥福をお祈りいたします。

〈一般寄付〉

豊かな鹿島町をつくる会 様

鹿島地区社会福祉協議会

【鹿島地区コミュニティバス利用促進協議会】からのお知らせ

『コミュニティバスご利用状況』

平成30年度 11月の利用状況

11月利用者数 1,000人 1便あたり 1.97人

松江市では、コミュニティバスの運行基準を1便あたり2人乗車と定めていますので、皆さまの更なるご利用をお願いします。

【鹿島地区コミュニティバス利用促進協議会】



【事務室閉室のお知らせ】

12月29日（土）～1月4日（金）

事務室業務をお休みします。ご迷惑をおかけしますが、
よろしくお祈りいたします。





1月の行事予定

日	曜日	公民館・交流館事業	各地区行事
1	火	元旦 休 館	
2	水	//	左義長（古浦、患曇、昭栄、手結、片匂）
3	木	 //	
4	金	//	
5	土		左義長（御津）
6	日		左義長（御津） 
7	月	仕事始め	
8	火		
9	水		
10	木	10:00～12:00 13:00～15:00 本貸し出し（図書室）	
11	金		移動図書館車（御津）14:00～14:30 （講武）14:40～15:20
12	土	9:00～ 松江市市民憲章かるた中央大会 （松江B&G海洋センター）	
13	日	11:00～ 松江市成人式（くにびきメッセ）	とんど焼き（講武）
14	月	成人の日	
15	火		
16	水	11:00～12:00 健康体操講座（正庁） 市公協研修会（エクセルホテル東急）	移動図書館車（患曇）11:00～11:40 （佐太）14:10～14:50
17	木	10:00～ かしまバンビクラブ（鹿島公民館） 10:00～12:00 13:00～15:00 本貸し出し（図書室）	
18	金		
19	土		
20	日		10:00～ カフェみどりの風（佐陀本郷深田集会所） 10:00～ 昭栄なごやかカフェ（昭栄集会所）
21	月		
22	火		
23	水		
24	木	10:00～12:00 13:00～15:00 本貸し出し（図書室）	
25	金		9:30～ カフェしおかぜ（古浦集会所） 移動図書館車（講武）10:30～11:10 （御津）11:20～11:50
26	土	14:00～ 松江市公民館運営協議会連合会研修会 （くにびきメッセ）	
27	日	9:30～ 第27回新春囲碁大会（鹿島公民館） 10:00～ 平成30年度第2回健康講座（正庁）	
28	月		
29	火		
30	水		移動図書館車（患曇）11:00～11:40 （佐太）14:10～14:50
31	木	10:00～12:00 13:00～15:00 本貸し出し（図書室）	

※ 公民館では事業実施にあたり、記録・広報用・ホームページ掲載用に写真を撮影しております。ご了承をお願いします。公民館だよりは、ホームページでもご覧いただけます。