

8月号

公民館だよりこしばら NO.272



発行

松江市古志原公民館 総務部
690-0012 松江市古志原四丁目 6-30
【TEL】26-4436 【FAX】21-4446
【MAIL】kosik@mable.ne.jp
【ホームページ】松江市公民館 で検索

令和元年度

公民館図書室から「図書お楽しみ会」開催のお知らせ

9 / 7 ①

10:00~11:00

場所：古志原公民館 2階

たくさんの内容を用意してお待ちしています！

絵本の読み聞かせ

大型紙芝居

体操&手遊び

おやつもあるよ

古志原公民館図書室では、本を身近に感じ親んでもらうために、毎年「図書おたのしみ会」を開催しています。

新しい本も取りそろえており、子どもから大人までみんなが楽しめる本がたくさんあります。ぜひお越しください♪

公民館図書室のボランティアのみなさんが、楽しい催しをしてくれますよ。お楽しみに♪

いきいき健康教室開催のお知らせ

『オーラルフレイル予防講座』

日時 8月22日(木)14時~15時30分

場所 古志原公民館 6号室

講師 松江市健康推進課 保健師 境美春氏

参加×切 参加希望の方は8月20日(火)までに公民館までに連絡くださいTEL26-4436

オーラルとは口(口腔)、フレイル(フレイルティー)とは虚弱のことです。

口(口腔)機能は栄養摂取や運動機能とのつながりがあり、口腔機能が衰えると心身が虚弱になり、悪循環してきます。この負の連鎖に陥らない、脱出して元気に長生きすること、また、介護予防を目的に標記の講座を計画いたしました。

具体的には、口の中の衛生について認識を新たに、よく噛むことや、会話が心身の虚弱の予防になることを学びます。ぜひ、ご参加ください。

成人部 郷土学習

『ふるさと古志原の書物をひもとく会』

今年新設した公民館成人部では、今年度古志原の歴史学習をシリーズで開催いたします。古志原を舞台にし、書かれた郷土史・歴史書・小説を教材に郷土について学びます。

第1回小説「サイレンとじゃがいも」から学ぶ
～昭和から平成の古志原～

開催日時 9月13日(金)14:00~

開催場所 古志原公民館

講師 小説「サイレンとじゃがいも」

作者 熊谷和恭氏

内容 戦後まもなく古志原に移り住んだ作者の半生と、昭和から平成と移り変わった古志原の様子、また住民の暮らし古志原の歴史や特徴について学ぶ。

お願い

公民館での活動写真を広報誌およびホームページ等に掲載させていただく場合があります。ご了承ください。なお、不都合な方はお知らせください。ご協力お願いいたします。



今年も梅雨明けと同時に夏本番です！！
暑さ対策を心がけましょう！
特に熱中症にはご注意ください。

(熱中症予防ポイント)

- ・暑い日は無理をしない (外出を控える)
- ・部屋の空調設備を利用する
- ・衣服も工夫する (素材等)
- ・こまめに水分補給する
- ・食事・休息をしっかり摂る



遊友大人塾

健康講座 テーマ『休養と睡眠』第2回目



第2回目は「寝つきが悪い・眠れない原因や、その対処方法等を、精神科認定看護師さんの実践に基づいて考えてみたいと思います。皆さんご参加ください。

日時 令和元年9月19日(木) 14時～

場所 古志原公民館

講師 松江市立病院精神科認定看護師

だんだん 夏おどり

参加者募集！！



8月24日(土)に開催される「だんだん夏おどり」に古志原チームも参加します。一緒に参加していただける方を大募集しています。おどりは数回練習すれば、踊れる簡単な振り付けです。ぜひご参加ください。ご応募お待ちしております！！

公民館までご連絡ください♪ ☎26-4436

《だんだん夏おどり》

とき 8月24日(土) 13時30分～

ところ 松江城 馬溜広場

胃がん、大腸がん検診

検診日時・会場	大腸容器回収日時
8月26日(月) 9:00～10:30 島根県環境保健公社	9月10日(火) 9:00～9:30 島根県環境保健公社



乳幼児教室・子育て相談お知らせ

にこにこ広場

『ちゃぷちゃぷ♪水遊び』

8/26(月)

10:00～11:30



場所 古志原公民館 1階和室

持ち物:水着などぬれても良い服装、タオル、サンダル着

替え、飲み物(お子さんと保護者さん分)

※雨の場合は、室内遊びをします。

お気軽にお越しください。

『認知症講座、認知症に関する相談会』 開催について

【開催日時】

8月11日(日) 10時～12時

(原則偶数月の第2日曜日)

【開催場所】

古志原公民館 2階6号室

○参加費・予約不要

【問合せ】 26-1881 (担当 長谷川)

※詳しくは、回覧チラシをご覧ください。

予告

札幌交響楽団員の演奏が身近で聴ける

秋の音楽鑑賞会開催！！

「フルートの調べと弦楽三重奏」

フルートとヴァイオリン、ヴィオラ、チェロ

の弦楽器によるアンサンブルコンサートです。

詳しくは、公民館だより9月号に掲載します。

日時 令和元年9月26日(木)19時～

場所 古志原公民館

演奏者 札幌交響楽団

フルート 野津 雄太 氏

ヴァイオリン 田島 高宏 氏

ヴィオラ 廣狩 亮 氏

チェロ 野津 祐支 氏





子ども広場

8月予定

公民館広場

- ◆開催日◆ 5・7・19・21・26日(月・水)
31日(土)
- ◆場所◆ 古友館(公民館敷地内)
- ◆時間◆ 9:00~11:30

小学校広場

夏休み中：公民館広場で実施します

富原広場

8月はお休みします



香典返しお礼

社会福祉協議会にご厚志をいただきました。

【寄付者】

中澤 由貴子 様(八雲台二丁目)

伊藤 文夫 様(八雲台二丁目)

古満 英夫 様(上乃木九丁目)

故人のご冥福を心よりお祈り申し上げます。
ありがとうございました。

(6月24日~7月20日 社協受付分)

松江市社会福祉協議会からのお願い

令和元年度 高砂祝いについて

夫婦おそろいで結婚65周年を迎えられる方々を、10月16日(水)に開催の「松江市高齢者福祉大会」においてお祝いをいたしたく存じます。

該当者の方はご連絡いただき、また、該当者を把握しておられる場合は情報提供ご協力をお願いします。

なお、情報提供いただく際には、ご本人了解の上でご提供いただきますようお願いいたします。

高砂祝い 該当者	昭和29年1月1日から同年12月31日までに結婚された夫婦
受付締め切り	令和元年8月30日(金)

【連絡先・問合せ先】

松江市社会福祉協議会

総務課 TEL:21-5773

【募集】夏休み親子写真教室

写真の撮り方について親子で勉強してみませんか?

日時:令和元年8月17日(土)10:00~11:30

場所:城西公民館

講師:川本貢功(島根県写真作家協会理事長)

対象:松江市内の小中学生と保護者※先着20組

応募締切:令和元年8月9日

応募方法:松江市生涯学習課へメールまたはFAX

応募記載事項:お子様の名前・学年・保護者名・連絡先

持ってくるもの:見てもらいたい写真(A4サイズ)

詳しくは松江市ホームページをチェックしてみてください

問合せ:松江市市民憲章推進協議会希望あふれるまち部会事務局

松江市教育委員会生涯学習課 TEL:55-5288 FAX:55-5543

Mail:s-kikaku@city.matsue.lg.jp

公民館を利用される皆様へ

事務室閉室のお知らせ

8月13日(火)、14日(水)、15日(木)は、盆休みのため、公民館窓口業務はお休みします。

8月10日(土)~15日(木)に公民館を利用される方は、必ず8月8日(木)~9日(金)の8:30~17:00の間に、公民館窓口にかぎを取りにお越しください。よろしくお願ひします。