

お知らせ

『湖南ブロック 学習発表会』開催！

～まなび つどい つなぐ 湖南の絆～



- 日 時：11月30日（土）9:30～15:30
 - 会 場：玉湯公民館
 - 内 容：ステージ発表、作品展示、交流広場（豚汁、みたらし団子、ポップコーン他）
 - 乃木公民館からは、乃木ママ3Bレボリューション&モンキーズ、乃木民謡教室、乃木コーラス、ラウンド・アイ/RDアフター7/ラウンドハート、ステップ21、折鶴大正琴同好会、湖南'Sソーラン隊、中国画、エコクラフトが参加されます。どうぞお出かけください。皆様のご来場をお待ちしています
- ※詳しくは、各戸に配布されるチラシをご覧ください。

お知らせ

公開講座 『人権を考える』 つどい

- 日 時：12月6日（金）13:30～
 - 会 場：乃木公民館 大会議室
 - 内 容：「令和にこめられた思い ～乃木の宝をからめて～」
講 師 安来市加納美術館 館長 神 英雄 氏
- ※申込みの必要はありません。皆様のお越しをお待ちしています。
- 主 催 乃木地区人権教育推進協議会
共 催 乃木地区社会福祉協議会、乃木地区民生児童委員協議会、福祉推進員会
乃木地区高齢者クラブ連合会、乃木公民館高齢者学習部、活動する市民グループすみれ会



お知らせ

第44回乃木地区高齢者ふれあいスポーツ大会

- 日 時：11月10日（日）9時～12時
 - 会 場：乃木小学校 第1体育館
- 乃木地区在住の60歳以上の方ならどなたでも参加いただけます。上履きを持参ください。
- ※ 詳しくは、回覧チラシをご覧ください。
- 主 催 乃木体育協会、乃木公民館
共 催 乃木地区社会福祉協議会、乃木地区高齢者クラブ連合会



お知らせ

さんあい健康教室

【第3回】11月14日(木) 14:30~15:30

「脳梗塞について学んで予防しよう」 講師：松江市立病院神経内科科長 高井 宏司 氏

【第4回】12月5日(木) 14:00~15:30

「ひきこもりの理解と支援」 講師：公認心理師 高見 理子 氏(松江市家庭相談課)

●場 所 乃木公民館 大会議室

●参加費 無 料 ※申し込みは不要です。どなたでもご参加いただけます。

主 催 乃木地区社会福祉協議会

お問合せ 乃木公民館 Tel 21-4931

ご案内

さんあいサロン

公民館でゆったり

お茶を飲みませんか？

●日 時 11月13日(水) 13:30~16:00

●場 所 乃木公民館 和室

●参加費 100円(コーヒー、紅茶、抹茶のいずれかとお菓子)

11月は乃木民謡教室の皆さんによる踊りと銭太鼓でお楽しみください。



ご案内

パンピちゃんくらぶ

子育て中のお母さん！

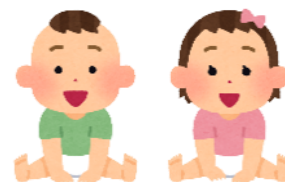
みんなでわいわいお話ししましょう♪

●日 時：11月12日(火) 10時~11時30分

●場 所：乃木公民館 和室

●アドバイザー：母子保健推進員

☆身長や体重の測定もできますよ！



「のぎ自学室」開催のお知らせ

【11月の日時】※会場はすべて乃木公民館です。

1(金)18:00~21:00 研修室1 | 15(金)18:00~21:00 研修室1

3(日)13:00~17:00 研修室2 | 22(金)19:00~21:00 研修室1

【対象】中学生以上

のぎ自学室は自主学習ができる場です。社会人・大学生ボランティアに勉強に関する質問もできます。

詳しくは <https://ameblo.jp/nogi1012> をご覧ください。

【後援】一般社団法人島根県社会福祉士会 乃木地区社会福祉協議会

のぎ自学室5周年記念講演会「自分だけのユメの作り方」

のぎ自学室は5周年を迎えました。中高生のみなさんの将来を考える講演会を企画しました。中高生も大人も一緒に子どもたちの将来について考えませんか。

◆日 時 11月4日(月・祝) 14時~16時

◆会 場 乃木公民館 大会議室

◆タイトル「自分だけのユメの作り方」

◆講 師 料理研究家 道乃先生

◆参加費 中・高・大生…無 料

大人…1,000円(資料代、運営協力金として)

【お問い合わせ・お申込み】のぎ自学室 メール:nogi1012@yahoo.co.jp



公民館
より

お 知 ら せ

11月29日(金)と12月2日(月)は湖南ブロック学習発表会準備と代休のため、事務室を閉室します。ただし、貸館はいたします。なお、1月分の貸館予約受付は12月3日(火)から行います。



公民館図書室からのお知らせ

図書グループ
協力：チョボラセンター

深まりゆく秋とともに、木々の葉も色づいてきました。
ラグビーやバレーボールのワールドカップ開催で、スポーツ色の濃い秋となりました。
過ごしやすい季節に身体を動かしてみませんか。

“心と身体に効く”本も参考にしてみてください。

11月下旬には新しい本が入ります。どうぞお楽しみに！！

★閲覧時間：(月)～(金)午前10時～午後5時(土、日、祝日は休み)

★貸出時間：(月)(水)(金)午後2時～4時

★ひとり3冊、2週間の貸し出し

★11月29日(金)は貸し出しを休みます。



花づくり会からお知らせ

11月の作業日は**18日(月)**です。(予備日19日)9時に公民館に集合ください。
花の好きな方、一緒にボランティアをしていただける方は、公民館までご連絡ください。(TEL21-4931)

高齢者の交通事故防止運動

11月1日(金)～21日(木)

広げよう 事故ゼロしまねの 思いやり

1. 反射材着用の推進
2. 道路横断時の安全確認の徹底
3. 横断歩行者の保護と
早めのライト点灯
4. 高齢運転者の交通事故防止

乃木地区交通安全対策協議会



がん検診を受けましょう！

【胃がん・大腸がん】

11月11日(月)13:30～14:30 乃木公民館

※大腸容器回収…11月25日(月)

10:00～10:30 乃木公民館

【乳がん・子宮がん】

12月5日(木)13:30～15:30 乃木公民館

※乳がん検診のみ予約が必要です。

予約受付：11月5日(火)～

予約先：島根県環境保健公社 TEL61-8077

詳しくは「けんしんのお知らせ」をご覧ください。

お問合せ先：松江市健康推進課 TEL60-8174

赤い羽根共同募金にご協力を！

各公民館に受付窓口があります。
500円以上の募金でもらえます。

ガタピシ ピンバッジ



すこやか健康体操と 楽しいニュースポーツの集い

【日 時】 11月27日(水)
午後1時30分～

【場 所】 乃木公民館

【講 師】 ADL体操上級公認指導者
野津 和子氏

【参加費】 無 料(事前申込不要)

※どなたでも参加できます。

主 催 乃木地区高齢者クラブ連合会

「放課後のぎっこ広場」スタッフ募集！

乃木小学校を会場として「放課後のぎっこ広場」を開設しています。月曜日と金曜日の放課後(14:30～17:00)の、児童見守り活動のスタッフを募集中です。ぜひご協力ください。(希望日のみ出席可能です)

お問合せ：乃木公民館 TEL21-4931

令和元年 11月行事予定

10月23日現在

		公民館行事	諸団体行事	公民館使用団体
1	金		のぎ自学室	ジャストスマイル、ステップ 21、からだ元気塾、松江太極拳、乃木コーラス、法人会三支部合同総会
2	土	高齢者学級（グラウンドゴルフ）		風景スケッチ教室、まめの木。、すずらん、松江将棋教室、プラバミュージックコール
3	日	乃木地区防災研修	のぎ自学室	乃木ママ3B モンキーズ
4	月			書道教室、サーパス浜乃木けやき通り管理組合
5	火	園芸教室 陶芸教室 A		編物クラブ、リフレッシュ健康体操、レイフラワー乃木、ダンスタイム、やさしい英会話、セピア、Ebizo ヨガ
6	水	花づくり会役員会 高齢者学級（昔の遊び） 高齢者学級（昔の遊び）		乃木小学校、断酒新生会、ダンスタイム
7	木		ふれあい弁当準備	仲よし中国語初級、のぎっこ3B フレンズ、子ども英語クラブ、郷土の歴史教室、折鶴大正琴同好会、ラウンドハート、さんびるフラ、ラテンクラブ、RD アフター7、乃木民謡教室
8	金		ふれあい弁当配布 地域リーダー研修実行委員会	生花教室、ジャストスマイル、ステップ 21、チャクラヒーリングヨガ、松江太極拳、からだ元気塾、乃木ママレボリューション 3B、サーパス浜乃木けやき通り管理組合
9	土		乃木地区自治連意見交換会（上乃木三区） あったかスクラム乃木	エコクラブ、囲碁教室、まめの木。、セピア、中村書道、乃木シューティングスター、年金受給者協会
10	日		高齢者ふれあいスポーツ大会	エコクラブ、GMC クインティナ、ミニ四駆クラブ、ZERO、里山を育てる会
11	月	乳幼児学級（講演会） 南中ソーラン教室	胃・大腸がん検診	中国画、健康麻雀乃木サロン、乃木コーラス、空手道、さんびるフラ
12	火	陶芸教室 B ハンピちゃんクラブ		クッキングアラルト、リフレッシュ健康体操、ダンスタイム、やさしい英会話、セピア、Ebizo ヨガ
13	水	いきいき健やか教室	さんあいサロン	乃木ママレボリューション3B、エコクラフト教室、ラウンド・アイ、さくらフォークダンス、健康麻雀乃木サロン、ステップ 21、ダンスタイム、生涯学習会、ZERO、市ソフトバレーボール連盟
14	木	館長会	流水講演会 さんあい健康教室 男の料理教室	仲よし中国語初級、プラチナ3B、山口カイロ、歌声サロン、まめの木。、子ども英語クラブ、松江 IT サポートクラブ、ラウンドハート、ラテンクラブ、RD アフター7
15	金		のぎ自学室	宇賀一区なごやか会、ジャストスマイル、ステップ 21、松江太極拳、乃木コーラス、のぎキッズコーラス、からだ元気塾
16	土	わくわく子ども教室	自治連意見交換会（浜一東）	風景スケッチ教室、まめの木。、中村書道、松江将棋教室、歌謡教室、松江書友同好会、さんびるアカデミー、農林高校 OB 会
17	日		自治会長研修会	松江記念病院、乃木ママ3B モンキーズ、GMC クインティナ
18	月	花づくり会作業日 園芸教室		書道教室、のぎっこ 3B フレンズ、健康麻雀乃木サロン、空手道
19	火	陶芸教室 A		編物クラブ、リフレッシュ健康体操、レイフラワー乃木、ダンスタイム、やさしい英会話教室、セピア、Ebizo ヨガ
20	水			ラウンド・アイ、さくらフォークダンス、乃木民謡教室、ZERO、健康麻雀乃木サロン、乃木短歌クラブ、ステップ 21、ダンスタイム、断酒新生会
21	木	湖南ブロック学習発表会 第 2 回実行委員会		仲よし中国語初級、松江吹矢クラブ、子ども英語クラブ、大正琴同好会、乃木こぶし句会、ラウンドハート、ラテンクラブ、RD アフター7、カフェすみれ
22	金		手話教室 のぎ自学室	生花教室、乃木ママレボリューション 3B、ステップ 21、乃木コーラス、ラウンド松江、からだ元気塾
23	土			中村書道、囲碁教室、プラバミュージックコール
24	日			のぎ論語サークル、ひよこのあしあと、ZERO、乃木ライオンズ
25	月	南中ソーラン教室		中国画、健康麻雀乃木サロン、空手道、ZERO、3B 体操協会、松江美容師会
26	火	陶芸教室 B	民生・児童委員協議会	SONO コレクション、リフレッシュ健康体操、ダンスタイム、Ebizo ヨガ、やさしい英会話、セピア
27	水			フラワーアレンジメント教室、エコクラフト教室、ラウンド・アイ、さくらフォークダンス、乃木民謡教室、健康麻雀乃木サロン、高連、ZERO、ダンスタイム
28	木			仲よし中国語初級、プラチナ3B、子ども英語クラブ、歌声サロン、PC すぎな会、ラウンドハート、ラテンクラブ、RD アフター7
29	金	【事務室閉室】 湖南ブロック学習発表会 準備、図書グループ研修 南中ソーラン教室		ジャストスマイル、乃木ママレボリューション、ステップ 21、からだ元気塾、松江太極拳、ラウンド松江、チャクラヒーリングヨガ、乃木コーラス
30	土	湖南ブロック学習発表会 （玉湯公民館）		すずらん、まめの木。

※日時・内容等変更になる場合があります。ご了承下さい。