

発行：松江市乃木公民館

〒690-0044 松江市浜乃木 5-1-5

TEL:21-4931 FAX:21-4553

E-mail:nogik@mable.ne.jp

【松江市在宅医療・介護市民講座】

お知らせ

乃木でこれからも安心してくらすために

- 日 時：3月14日（土）14時～15時30分
- 会 場：乃木公民館 大会議室
- 内 容：寸劇“家で暮らそう”

【出演者】たなか内科医院 田中 寧 先生
乃木調剤薬局田和山店 手銭 隆 先生
乃木地区の住民、医療・介護関係者の皆様



※申し込みの必要はありません。皆さまのご参加をお待ちしています。
詳しくは回覧チラシをご覧ください。

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 3月11日（水）13時30分～15時30分
 - 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）
- 3月は口上といでたちでみんなを元気にする“フーテンの寅さん”こと
長沢純一さんとともに、サロンの一時をお楽しみください。



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：3月10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！



すこやか健康体操と楽しいニュースポーツの集い

主 催 乃木地区
高齢者クラブ連合会

- 【日 時】3月25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。



募集

いきいき健やか教室 新年度生徒募集

～健康講演会・日帰り研修会・グラウンドゴルフなど～

新年度、“生きがいをもち、趣味や遊び、交友、運動などで人生を楽しもう”を合言葉に「いきいき健やか教室」を年間10回程度予定しています。

参加を希望される方は **4月13日(月)までに**乃木公民館へ「住所・氏名・電話番号」をご連絡ください。

日帰り研修会等一部費用負担(食事代程度)がありますが、会費は不要です。多くの方のご参加をお待ちしています。



お問合せ・お申込み 乃木公民館 TEL 21-4931

報告

女性部公開講座「荒木まどかと笑ってボケ防止」

2月5日(水)、女性部公開講座「荒木まどかと笑ってボケ防止」を行いました。荒木まどかさんの軽快なトークのなか、参加者の皆さんも一緒に楽しみながらとけ込み、終始笑いの絶えない講座となりました。皆さんからも「自分では日頃よく笑っているつもりでもまだまだ足りなかった!!と感じた」「楽しく分かりやすくあつという間の時間だった」など、感想をいただきました。



報告

乃木体育協会からのお知らせ 第25回乃木地区ボウリング大会 結果

2月9日(日)にまるなか建設(株)様、相互建設(株)様に協賛いただき、ボウリング大会をしんじ湖ボウルにおいて開催しました。結果は下記のとおりです。選手の皆さんお疲れさまでした。

団体戦

第1位	上 二	1,853点
第2位	乃木福富	1,605点
第3位	上 一	1,594点
第4位	乃 白	1,500点
第5位	浜 中	1,446点
第6位	上 三	1,263点
第7位	浜 東	1,255点

個人戦

(敬称略)

【男子】第1位	殿川 一樹(まるなか建設)	380点
第2位	原 史郎(上 二)	376点
第3位	森間 和雄(乃木福富)	346点
【女子】第1位	川原三重子(上 二)	306点
第2位	妹尾 宣子(上 二)	293点
第3位	前田 節子(上 一)	287点

「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

公民館に忘れ物は ありませんか?



利用者の皆さんの忘れ物を多数お預かりしております。お心当たりのある方は公民館までお越しください。なお今年度分の忘れ物で、3月末までに取りに来られなかった物は処分させていただきます。ご了承ください。

公民館
より

お知らせ

3月4日(水) 15:00~、3月30日(月) 終日、事務室を閉室します。ただし、貸館はいたします。



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

今日は冬? 明日は春? 寒暖のメリハリが激しい今年の冬でしたね。
体調管理に気をつけましょう。
新しい本がたくさん入りました。3月上旬に本棚に並びますので、どうぞご覧ください。

新しい本の紹介 <予約承ります>

- ・ 熱源
- ・ 背高泡立草
- ・ 人間
- ・ ノースライト
- ・ 落日
- ・ 錦織圭さらなる高みへ
- ・ かみさまのおはなし
- ・ 発達障害
- ・ 僕にはイラつく理由がある!
- ・ うさぎのねがいわざり
- ・ はじめて育てる花

他 全 30 冊

★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



花づくり会からお知らせ

3月の作業日は**16日(月)**です。(予備日 17日) 9時に公民館に集合ください。

◆花づくり会 メンバー募集

花の好きな方、ボランティアに興味がある方、花づくり会で一緒に活動しませんか? 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。

お問合せ: 乃木公民館 TEL21-4931

3月の交通安全テーマは

「卒業・卒園期の交通事故防止」です

暖かさが増し児童の行動が活発となります。運転者は歩行者、自転車に気を配り、安全運転をしましょう!

○交通安全ボランティア(交通指導員)を募集しています。希望される方は、下記までご連絡ください。

乃木地区交通安全対策協議会 高橋と志男

TEL: 090-3889-2429

修了・卒業おめでとう!

幼保園のぎ修了式.....3月21日(土)

乃木小学校卒業式.....3月18日(水)

湖南中学校卒業式.....3月10日(火)

募集 公民館「陶芸教室」

私の“うつわ”、つくってみませんか!

初めての方、大歓迎です。個別に先生から直接教えていただけます。ご応募、お待ちしております。

●開講日時 月 2 回(第1・3または第2・4の
火曜日 13:30~15:30)

●受講料 月 1,200 円(材料費等を含む)

●申し込み・お問合せ 乃木公民館(TEL21-4931)



第6回 地域で学ぼう!子どもと大人の自学室

【日 時】3月8日(日) 14:00~16:00

【会 場】乃木公民館大会議室

【内容・講師】「ポジティブソニビ流 意欲高く生きる方法」
NHK ディレクター 三木 康裕 氏

【参加資格】中学生以上の方ならどなたでも ※参加無料

【お問合せ・お申込み】のぎ自学室 メール:nogi1012@yahoo.co.jp

「のぎ自学室」開催のお知らせ

【3月の日時】6(金)19:00~21:00 27(金)19:00~21:00

20(金)19:00~21:00

【対象】中学生以上 ※会場はすべて乃木公民館 研修室1です。

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

令和2年3月行事予定

2月18日現在

		公民館行事	諸団体行事	公民館使用団体
1	日			上ー子ども会、南ヶ丘自治会、メイクカラース、社会福祉法人ふらっと、谷自治会、GMCクインティナ、川津キッズチアリーディングスパークルズのぎっこ3Bフレンズ、健康麻雀乃木サロン、空手道
2	月	花づくり会役員会 園芸教室		
3	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、セピア
4	水		湖南ブロック研修会	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、断酒新生活、ダンスタイム
5	木	乳幼児学級閉講式		仲よし中国語初級、ほほえみの会、子ども英語クラブ、郷土の歴史教室、ラウンドハート、乃木児童クラブ、RDアフター7
6	金	高齢者学級閉講式	まちづくり協議会、のぎ自学室 子ども会育成会役員会	乃木マレボリューション3B、ステップ21、松江太極拳、乃木コーラス、からだ元気塾
7	土			乃木ママ3Bモンキーズ、風景スケッチ教室、まめの木。、中村書道、ファイヤーバード、川津キッズチアリーディングスパークルズ、湖南中浜一D、松江将棋教室
8	日			宇賀谷自治会
9	月	連協常任委員会		書道教室、松江吹矢クラブ、2才のお誕生日会、中国画、すずらん、空手道
10	火	陶芸教室 B	パンピちゃんくらぶ	リフレッシュ健康体操、乃木こぶし句会、ダンスタイム、セピア、やさしい英会話
11	水		さんあいサロン	エコクラフト教室、ラウンド・アイ、さくらフォークダンス、ダンスタイム、健康麻雀乃木サロン、生涯学習会、ZERO、ウリクシャヨガ、松江市ソフトバレーボール連盟
12	木	女性部閉講式 (カラーリング)		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、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
13	金	乳幼児学級合同委員会	子ども会育成会会長会 のぎっこ広場保護者説明会	生花教室、ジャストスマイル、ステップ21、松江太極拳、乃木コーラス、からだ元気塾、乃木ママレボリューション3B、チャクラヒーリングヨガ
14	土		地区社協市民講座 あったかスクラム乃木 (卒業・進級を祝う会)	まめの木。、中村書道、囲碁教室、ひょうきん谷自治会、セピア
15	日			ZERO、乃木ママ3Bモンキーズ、松江書友同好会、GMCクインティナ、八尊利自治会12組
16	月	花づくり会作業日 園芸教室	湖南ブロック館長・主幹・主任会	ZERO、のぎっ子3Bフレンズ、健康麻雀乃木サロン、空手道
17	火	館長会		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
18	水			ラウンド・アイ、さくらフォークダンス、乃木民謡教室、ウリクシャヨガ、健康麻雀乃木サロン、乃木短歌クラブ、ZERO、ステップ21、断酒新生活、ダンスタイム
19	木	公民館運営協議会		仲よし中国語初級、乃木ママレボリューション3B、子ども英語クラブ、大正琴同好会、ラウンドハート、SONOコレクション、みっちゃんクラブ、まめの木。、カフェすみれ、RDアフター7
20	金		のぎ自学室	ひよこのあしあと、ジャストスマイル、ファイヤーバード
21	土		自治会連合会理事会	乃木小6年5組、風景スケッチ教室、まめの木。、中村書道、幼稚園のぎ年中組、歌謡教室、セピア
22	日			谷自治会、のぎ論語サークル、ミニ四駆、湖南団地自治会
23	月			書道教室、中国画、すずらん
24	火			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
25	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、ウリクシャヨガ、山口カイロ、ダンスタイム
26	木		民生・児童委員協議会	仲よし中国語初級、プラチナ3B、山口カイロ、歌声サロン、PCすぎな会、ラウンドハート、RDアフター7、ラテンクラブ、子ども英語クラブ
27	金		のぎ自学室	生花教室、ジャストスマイル、ステップ21、松江太極拳、乃木コーラス、からだ元気塾、チャクラヒーリングヨガ
28	土			すずらん、囲碁教室、神護田自治会6組
29	日			ZERO
30	月	事務室閉室		ZERO
31	火			リフレッシュ健康体操、ダンスタイム、セピア、Ebizoヨガ

※日時・内容等変更になる場合があります。ご了承下さい。