

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

お知らせ

さんあい健康教室

「今日からできる健康な体づくり」をテーマに健康教室を開催します。健康で豊かな老後を迎えるためにも、今から健康づくりや仲間づくりをはじめてみませんか？

- 日 時：2月18日（木）14:00～15:00
- 場 所：乃木公民館 大会議室
- 内 容：「若さを保ち、老化を防ぐ元気な身体づくり」（体操指導）
講師：さんびる 健康運動指導士 飯塚 彩華 氏
- 参加費：無 料
- 申込み：2月15日（月）までに、
乃木公民館までお申込みください。

主 催 乃木地区社会福祉協議会



お問合せ・お申込み 乃木公民館 Tel 21-4931

お知らせ

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よう♪

- 日 時：2月9日（火）10時～11時30分
- 場 所：乃木公民館 和室
- 持ってくるもの：バスタオル（身体測定用）
- 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！



お知らせ

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：2月10日（水）13:30～15:30
- 場 所：乃木公民館 大会議室
- 参加費：100円（ペットボトル入りの飲料とお菓子）
「フーテンの寅さん、乃木公民館へ」

今回は、口調と出で立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楽しみましょう。

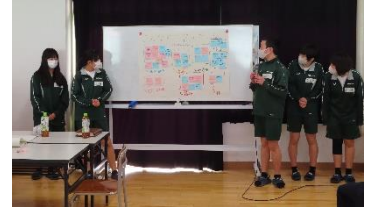


1月17日(日)に乃木地区・忌部地区合同で、湖南中学校の生徒会役員、忌部地区の2年生を対象に「地域リーダー育成研修会」を湖南中学校で行いました。今回は、湖南中学校校区の高校生で作られたNPO法人KEYS(キーズ)の皆さんにも、運営スタッフとして携わっていただきました。

前半はゲームを用いて、生徒と地域の方、湖南中の先生を交えたグループ作りをした後、グループ対抗のカブラ(積み木)を使ったゲームで緊張をほぐしました。

後半はKEYSの皆さんの進行のもと、グループワークを行いました。「こんな町に住みたいな!」「しまねっくに次ぐゆるキャラを考えよう」など4つの中から選んだテーマについて、グループごとに話し合い、発表しました。

ここで学んだことを今後の生徒会活動や地域活動にますます活かしてくれるものと思います。



積雪・凍結時の交通事故防止運動! (2月末まで)

積雪路は乾燥路に比べ3.2倍、凍結路では5.4倍、ツルツルの凍結路だと8.0倍も滑りやすくなります。

☆積雪路や凍結路を安全に走行するためには

1. いつもより早く出発する。
2. いつもより長い車間距離をとる。
3. エンジンブレーキを利用して急ブレーキを避ける。
4. 橋の上やトンネルの出口ではより凍結しやすいので、特に注意する。



乃木地区交通安全協会・交通安全対策協議会

公民館夜間入口を改修しました

乃木公民館夜間入口を改修し、正面玄関前のスロープから夜間入口までの段差をなくし、夜間入口前の階段に新たに手すりを設置しました。

工事中は、ご利用の皆さまにご迷惑をおかけしました。



公民館よりお知らせ

- ◆2月17日(水)は事務室を閉室します。ただし、貸館はいたします。
- ◆2月22日(月)はフロアクリーニングのため、午前・午後は全館貸館を中止します。ただし、夜間の貸館はいたします。
- ◆新型コロナウイルス感染拡大の状況によって、公民館事業の延期や中止、貸館の中止等をする場合があります。皆様のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



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

朝の冷え込みで通勤通学には大変な日もありますが、冬らしい景色も広がり、庭先の大きな雪だるまにほっこりします。新しい本が揃いましたので、どうぞご利用ください。安野光雅氏を偲んで、著書を並べております。20冊ほどありますので、ぜひご覧ください。



安野光雅氏の本

- ・旅の絵本
- ・あかちゃん絵本
- ・天動説の絵本
- ・すうがくの絵本
- ・ふしぎなえ
- ・忙中閑語（エッセイ集） など



★開室・閲覧・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

★2月17日(水)、22日(月)は貸し出しはお休みします



【みなさんのご意見をお聞かせください】

「松江市伝統文化芸術振興計画(案)」にかかる意見募集

誰もが松江の伝統文化芸術を誇りに思い、心豊かになれるまちの実現に向けて「松江市伝統文化芸術振興計画(案)」を作成しました。市民の皆様からご意見を募り、より実効性の高い計画を策定したいと思っております。幅広くご意見をお寄せいただきますようお願いいたします。

募集期間 2月16日(火) 17時まで

閲覧場所 市ホームページ、
本庁・支所行政資料コーナー、各公民館

問合せ先 地域振興課(〒690-8540 末次町 86)

TEL55-5519 FAX55-5665

メール chiiki@city.matsue.lg.jp

HP [松江市 伝統文化芸術計画 意見募集](#) で検索

行政書士無料相談のご案内

日常生活の困りごとや老後の備えについて、島根県行政書士会所属の行政書士がご相談に応じます。遺言・相続手続き、成年後見、農地関係、契約書、離婚協議書、公正証書などお気軽にご相談ください。(行政書士には法律により厳しい守秘義務が課せられています。安心してご相談ください。)

●日 時 2月21日(日) 13:00~15:00

●場 所 乃木公民館 研修室2

●予約電話 090-7504-3502(担当:森山)

<時間調整のため事前に予約をお願いします>

主 催 乃木公民館 島根県行政書士会松江支部

「るるくる」で健康づくり

毎日のセルフチェックと年1回のけんしん

血圧や体重などをはか③

その結果をつけ③(記録)

生活習慣の課題にきづ③

生活習慣がかわ③



「のぎ自学室」開催のお知らせ

【日時】※会場はすべて乃木公民館 研修室2です。

2月 7日(日) 13:30~16:30

3月 28日(日) 13:30~16:30

【対象】中学生以上

のぎ自学室は自主学習ができる場です。

詳しくは <https://ameblo.jp/nogi1012>

をご覧ください。

【後援】乃木地区社会福祉協議会 一般社団法人島根県社会福祉士会



令和3年2月行事予定

新型コロナウイルス感染拡大防止の為、公民館のご来館・ご利用人数の制限をさせていただきます。

今後の感染拡大の状況によって、公民館事業・貸館等を中止する場合があります。
皆様のご理解とご協力を賜ります様お願い申し上げます。

1月20日現在申込団体

	公民館行事	諸団体行事	公民館使用団体
1	月	園芸教室	書道教室、松江吹矢クラブ、ジャストスマイル、空手道
2	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、まめの木、Ebizo ヨガ、やさしい英会話、ダンスタイム
3	水	乳幼児学級(豆まき)	乃木小「和の心」クラブ、ZERO、ステップ21、断酒新生活会
4	木	自治連理事会	乃木ママレボリューション、郷土の歴史教室、ラウンドハート、ラテックラブ
5	金	人推協広報会 ふれあい弁当事業	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
6	土		風景スケッチ教室、まめの木。、中村書道、乃木小2-3、松江将棋教室、ロイヤルマンション上乃木管理組合
7	日	のぎ自学室	出雲一中合唱部
8	月	のぎねっこ会(アロマ教室)	ジャストスマイル、中国画、空手道
9	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、Ebizo ヨガ、やさしい英会話、ダンスタイム
10	水		ラウンド・アイ、生涯学習会、ZERO
11	木		松江ITサポートクラブ、ラテックラブ
12	金	湖南ブロック主幹・主任会	乃木ママレボリューション、ジャストスマイル、ステップ21、松江太極拳、からだ元気塾
13	土	わくわく子ども教室(たこづくり)	乃木ママモンキーズ、まめの木。、中村書道、おはなレクローバー、囲碁教室
14	日		ZERO、GMC クインティナ、松江書友同好会
15	月	園芸教室	書道教室、松江吹矢クラブ、ZERO、乃木山歩き会、中国画、空手道
16	火		あったかスクラム乃木実行委員会
17	水	【事務室閉室】 女性部(社会見学)	編物クラブ、リフレッシュ健康体操、レイフラワー乃木、まめの木。、やさしい英会話、ダンスタイム
18	木		ラウンド・アイ、ZERO、ステップ21、断酒新生活会
19	金	男の料理教室 さんあい健康教室	まめの木。、乃木こぶし句会、ラウンドハート、ラテックラブ
20	土	館長会 いきいき健やか教室(閉講式・歌)	乃木ママレボリューション、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
21	日	防災倉庫点検	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
22	月	行政書士無料相談	まめの木。、松江将棋教室
23	火	フロアクリーニング	空手道
24	水		ECC ジュニア上乃木三丁目教室、リフレッシュ健康体操
25	木	のぎっこ広場運営協議会	フラワーアレンジメント教室、ラウンド・アイ、乃木高連、ZERO
26	金	民生・児童委員協議会	松江吹矢クラブ、PCすぎな会、みっちゃんくらぶ、ラウンドハート、乃木山歩き会、ラテックラブ
27	土		乃木ママレボリューション、ジャストスマイル、ステップ21、松江太極拳、からだ元気塾
28	日		囲碁教室
			乃木ママモンキーズ、のぎ論語サークル、ZERO、GMC クインティナ、KEYS

※日時・内容等変更になる場合があります。ご了承下さい。