



受賞おめでとうございます

◎ 全国社会福祉大会

社会福祉事業功労者表彰

木村 百合子 様

◎ 松江市社会教育振興大会

松江市社会教育振興協会表彰

清水 健 様

◎ 消防出初式表彰 永年勤続表彰

松江市長表彰(15年勤続) 魚瀬班

村松 浩造 様 ・ 村松 憲 様

消防団長表彰(10年勤続)

分団長 松浦 克美 様

魚瀬班 村松 哲也 様

◎ 鳥根県スポーツ推進委員協議会永年勤続表彰

永年勤続表彰(10年勤続)

佐藤 啓介 様

◎ 松江市地域体育協会連合会表彰

功労者 村松 誠一郎 様

心よりお祝い申し上げ、皆様のますますのご活躍をお祈りいたします。

3月 ごみ・資源物収集日程表

日	月	火	水	木	金	土
1	2 もやせる	3 プラ	4	5 もやせる	6 古紙・古着	7
8	9 もやせる	10 プラ	11	12 もやせる	13 紙製容器	14
15	16 もやせる	17 プラ	18	19 もやせる	20 古紙・古着 金属	21
22	23 もやせる	24 プラ	25	26 もやせる	27 紙製容器	28
29	30 もやせる	31 プラ				

家庭用乾電池回収ボックス 廃止のお知らせ

平成27年6月30日(火)撤去

家庭用乾電池回収ボックスが、撤去されます。

撤去後は、「資源・ごみ収集日程表」を確認の上、金属ゴミとして指定袋に入れて収集日にお出してください。

尚、充電式電池・ボタン電池は、販売店にお返し下さい。

(家電量販店などに回収ボックスが設置してあります。)

問合せ 松江市リサイクル都市推進課

電話 55-5678

●割り箸の回収も終了いたします。

3月お知らせ

3月 行事・館使用予定

きらきら学級 お知らせ

日時 3月 4日 (水)
9:30~11:30

場所 大野公民館

内容

*きらきら学級 終了式

*お楽しみ会

持参品 おしぼり、コップ

子どもフェスティバル お知らせ

とき 3月22日(日)

午前 9時集合

9時30分 開会式

ところ 大野公民館

内容 作って遊ぼう 2015

●くわしくは、後日配布のチラシをご覧ください。

3月子ども広場 お知らせ

日時 2日(月) 9日(月)

15:00~16:30

場所 大野小学校

よろず相談 お知らせ

日時 5日(木) 10:00~12:00

場所 大野公民館

*お気軽にお出かけください。

ご寄付御礼

香典返し

津ノ森 金坂 敬一 様
中の手 山野 修平 様

見舞い返し

中の手 山野 修平 様

ありがとうございました。

大野地区社会福祉協議会

日	曜	公民館行事・使用	
1	日		
2	月		
3	火	月曜クラブ 10:00	山中なごやか 10:00 囲碁将棋クラブ 19:00
4	水	きらきら学級 9:30	ステップ2 1 20:00
5	木	よろず相談 10:00 書道教室 20:00	子ども会地区委員会 20:00
6	金		からだ元気塾 10:00
7	土		
8	日		
9	月	移動図書館 14:10~14:40	東村なごやか 10:00 建築組合 18:30
10	火	一斉あいさつ運動 7:40 男の料理教室 10:00 小原流生花教室 20:00	囲碁将棋クラブ 19:00
11	水	一斉あいさつ運動 7:40 まめなかサロン 10:00	学習発表会実行委員会 10:00 上根尾なごやか 10:00
12	木	しあわせ会 10:00	大正琴クラブ 20:00
13	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
14	土		体協常任理事会 19:30
15	日	生活環境保全推進会議 7:00 (リサイクルステーション見廻り)	
16	月		土居なごやか 10:00
17	火	月曜クラブ 10:00	囲碁将棋クラブ 19:00
18	水	配食サービス 9:00	魚瀬なごやか 14:00 ステップ2 1 20:00
19	木	書道教室 20:00	体協理事会 19:30
20	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
21	土		
22	日	子どもフェスティバル 9:00	
23	月	移動図書館 15:00~15:30	
24	火	小原流生花教室 20:00	囲碁将棋クラブ 19:00
25	水	地域安全推進会議 11:00 公民館運営協議会 19:00	児童クラブ 9:30
26	木		大正琴クラブ 20:00
27	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
28	土	民生委員定例会 14:00	大野スポ少 8:30
29	日		
30	月		
31	火		囲碁将棋クラブ 19:00

【公民館事務室閉鎖のお知らせ】

○ 3月 6日(金) 午後 2時 ~

…松北ブロック館長・職員研修会参加のため

*館使用の方は、鍵の受け取りをお願いします。

松北ブロック学習発表会

2月22日(日) 於:鹿島文化ホールにて行われた松北ブロック学習発表会では、各サークルの皆さんの日頃の成果が十分発揮され、また、多くの皆様にご来場いただきました。大野公民館からは、月曜クラブ・大正琴クラブの皆さんにご参加いただきました。ありがとうございました。



和太鼓演奏
神名火子ども太鼓



日本舞踊
大野月曜クラブ



大野・秋鹿・御津
琴名流大正琴



2月2日大野公民館にて、

☆減塩食講座を開催しました☆



今回は、伊藤孝子栄養士から減塩生活のポイントについて、教えていただきました！



今日は、ベテラン主婦も食材や調味料をしっかりと測って、レシピ通りの味付けを再現しました。



さすがみなさん！慣れた手つきであっという間に4品ができあがりました。



減塩食のポイントが詰まった食事ができあがりました。ボリュームたっぷりだけど、煮物はこのくらいの量が適量です！

大野地区は、やせと肥満・糖尿病と高血圧が松江市全体と比べて多いことがH25年度特定健診の結果から分かりました。高血圧が続くと腎臓や血管に負担がかかり、様々な病気につながります。今回学んだ美味しく食べて元気に過ごすポイントをいくつか紹介します。

1. だしや風味を生かして薄味でも美味しく！
2. 自分の食べた量や適性量を知るため、1人ずつお皿に盛り付けよう。
3. 薄味もたくさん食べれば減塩にならない！
4. 野菜は1食で生野菜なら両手1杯、ゆで野菜なら片手1杯たべよう。



松江市保健センター：辰巳 朋美

TEL：60-8154

公民館教室・サークル参加募集!

ウキウキ、ワクワク 春になりました。新しい何かに挑戦してみませんか。

出会い・ふれあい・学びあい

問合せ:大野公民館 88-2051

教室・サークル		開催日	時間	講師・代表者	会費
書道		第1・3木曜日	20:00～22:00	長浜 晴風 先生	月 3,000円 (本代 月800円)
小原流生花		第2・4火曜日	20:00～22:00	坂本 純子 先生	月 2,500円 (花材代別)
月曜クラブ(日舞)		第1・3火曜日	10:00～12:00	美月波妙哉先生	月 3,500円
ステップ21 (健康体操)		第1・3水曜日	20:00～21:30	田中久美子先生	月 2,000円
大正琴クラブ		第2・4木曜日	20:30～22:00(4月～10月) 20:00～22:00(11月～3月)	荒田 敬子 先生	月 2,000円
囲碁将棋クラブ		毎週火曜日	19:30～22:00(4月～9月) 19:00～22:00(10月～3月)	兼折 勇	
お お の 輪 ・ 和 ・ ワ ー ク ク ラ ブ	ラージボール卓球	毎週木曜日	20:00～22:00	兼折 吉教	年会費 家族 1,000円 個人 800円
	フットサル教室	月1～2回 木曜日	20:00～21:30	金阪 博篤 金坂	
	女島クラブ (ゲートボール)	ほぼ毎日	16:00～18:00	森井 重徳	
	女島クラブ (ニュースポーツ)	不定期	13:30～15:00		
めだけクラブ (グラウンドゴルフ)		毎週日曜日	9:00～11:00	兼折 勇	年 1,000円
ゲートボールクラブ		ほぼ毎日	9:00～12:00	森井 満	年 1,000円
バレーボールクラブ		毎週月・金曜日	20:00～22:00	藤原 真也	
湖北ジュニア卓球		毎週火曜日	19:00～21:00	松浦 孝市	年 7,000円
		毎週水曜日	19:00～23:00		
		毎週土曜日	第1・3・5 19:00～23:00 第2・4 8:00～12:00 第2・4 19:00～23:00		
大野スポーツクラブ(女子) (ミニバスケットボール)		毎週月曜日	17:30～19:30	藤原 麻衣 コーチ 山本 奈瑠美 コーチ 吉岡 知輝 コーチ	1～2年生 月 500円 3～6年生 月 1,500円 ミニバス教室開催
		毎週木曜日	17:00～19:30		
		毎週土曜日	8:30～12:00		