

公民館
だより

おおの



大野のシンボルマーク

平成28年11月
松江市大野公民館

TEL 0852-88-2051
FAX 0852-88-3186
E-Mail oonok@mable.ne.jp



大野地区防災訓練

「地域の安全は地域で守る」という共助の力をより強化することを目的として実施します。
今年度は地震災害に備えた内容で実施します。

日時：11月27日(日) 9:00~11:30

場所：大野小学校 体育館・上校庭

内容：防災講座・訓練

- (1)「熊本地方震災被災地 救助活動について」～ 講師 松江市北消防署
- (2) 起震車体験訓練
- (3) 消火訓練(消火器使用)
- (4) 非常食の試食

対象：大野地区各自治会自主防災隊組織、大野地区住民、消防団員、その他関係者



11月お知らせ

きらきら学級 お知らせ

とき 11月9日(水)
10:00~11:30

ところ 魚瀬世代間交流会館
(現地集合)

内容

○魚瀬世代間交流会館のお友
だちと交流しましょう

持ち物 おしぼり・水筒など



まめなかサロン お知らせ

日時 11月2日(水)
10:00~14:00

場所 大野公民館 研修室

●抹茶・コーヒー・紅茶
お菓子付きで一杯 150円

みなさま、お誘い合わせの上ぜひお出
かけください。

11月 行事・館使用予定

日	曜	公民館行事・使用	
1	火	囲碁将棋クラブ 19:00	
2	水	青少協あいさつ運動 7:10 まめなかサロン 10:00	民生委員研修会 14:00 ステップ2 1 20:00
3	木	書道教室 20:00	
4	金	健康まつえ21推進隊・ 保健委員合同研修会 19:00	図書館開館 15:00 からだ元気塾 10:00
5	土		
6	日	おおの輪・和・ワークラブ ウォーキング(出雲市佐田町)	
7	月	月曜クラブ 10:00	
8	火	一斉あいさつ運動 7:40 建築組合 18:30	囲碁将棋クラブ 19:00 小原流生花教室 20:00
9	水	一斉あいさつ運動 7:40	きらきら学級 10:00
10	木	大正琴クラブ 20:00	
11	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
12	土		
13	日	子ども会愛のプレゼント訪問 9:00	
14	月	月曜クラブ 10:00 移動図書館 14:10~14:40	主任児童委員ブロック会 11:30
15	火	出張ふれあい総合相談 10:00	囲碁将棋クラブ 19:00
16	水	青少協あいさつ運動 7:10 配食サービス 9:00 ステップ2 1 20:00	津ノ森なごやか 10:00 魚瀬なごやか 14:00
17	木	書道教室 20:00	特設人権相談 13:30
18	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
19	土		
20	日	町民卓球大会 9:00 (松江総合医療専門学校)	
21	月	人権・文化部視察研修 6:00	事務室閉室(終日)
22	火	結核・肺がん検診 (9:00~9:30受付)	囲碁将棋クラブ 19:00 小原流生花教室 20:00
23	水		
24	木	大正琴クラブ 20:00	
25	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
26	土	民生委員定例会 14:00	
27	日	大野地区防災訓練 9:00	
28	月	移動図書館 15:00~15:30	
29	火	囲碁将棋クラブ 19:00	
30	水	環境保全協力員視察研修 9:00	殿山なごやか 13:30

11月 ごみ・資源物収集日程表

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

町民卓球大会 お知らせ

日時 11月20日(日)
9:00 開会式

会場 松江総合医療専門学校
体育館

主催：大野体育協会
大野公民館



高齢者の交通事故防止運動

11月10日(木)まで

広げよう 事故ゼロしめの思いやり

主唱 島根県交通安全対策協議会

公民館事務室閉室のお知らせ

11月21日(月) 終日

公民館人権同和教育部・文化部視察研修のため、事務室を閉めさせていただきます。この日に公民館を使用される方は、18日(金)に鍵を受け取りに来てください。

ご寄付御礼

香典・玉串料返し

上根尾 伊藤 祐樹 様
東村 石津 慶範 様
土居 森井 栄 様

ありがとうございました。
大野地区社会福祉協議会



11月14日は世界糖尿病デーです



糖尿病とは、血糖をコントロールするインスリンというホルモンの分泌量や働きが低下し、血糖値が高い状態が慢性的に続く状態をいいます。血糖値が高いままにしておくと、神経、目、腎臓など恐ろしい合併症を引き起こしやすくなります。糖尿病は痛みなどの症状が現れにくい病気です。

糖尿病の患者、予備軍の人は年々増えていると言われています。
健康診断を定期的に受けて、自分の健康状態について確認することが大切です。

予防するには・・・

☆食事に気をつけよう！

血糖値が高くなるようなことを控えるためには、食べ過ぎ飲みすぎを控えること。適切な量で主食・主菜・副菜の栄養バランスのとれた食事をとることが糖尿病の予防と治療につながります！

☆運動をしよう！

生活の中に運動を取り入れることが大切です。

☆適正体重を維持しよう！

標準体重の計算方法：

$$\text{身長(m)} \times \text{身長(m)} \times 22 = \text{_____ kg}$$

☆健診をうけよう！

定期的に健康状態を確認するためにも、年に1度は健康診査を受けましょう

具体的にどのようなことに気が付いたらよいのか… 健康相談をしたい方…

月1回まめなかサロンで保健師の健康相談を開催していますので、是非お越しください。

松江市保健センター 地域保健グループ
保健師 石原 香織 ☎60-8154



9月から特定保健指導対象者の方は
ご家庭を訪問させていただいています！

「出張ふれあい総合相談」のご案内

松江市社会福祉協議会職員が定期的に生活圏域ブロックを巡回し、住民の方から暮らしの中の困りごと相談を受け、課題解決を図ります。

例 ご近所から異臭がする。
気になる世帯がある。少し情報収集したい。
なごやか寄り合いについて相談したい。
など、相談内容は限定しません。

日時・・・11月15日(火)
10:00~12:00
一組当たり30分程度を予定しています。
会場・・・大野公民館
対象・・・大野地区住民の皆様
金額・・・無料
対応・・・松江市社会福祉協議会
地域福祉課職員

【問い合わせ先】松江市社会福祉協議会
地域福祉課 ☎24-5800

結核 肺がん 検診

検診日時・会場

11月22日(火)
9:00~9:30
大野公民館

◆受診時に持参するもの◆

- ①がん検診・歯周病検診等受診券
- ②健康保険証(または、生活保護受給証明書)
- ③検診料金、または無料を証明する書類
(がん検診等無料受診券(事前申請必要)、生活保護受給証明書、福祉医療受給者証、被爆者手帳)



子ども広場 開催日

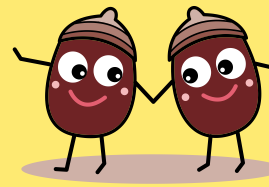
開設時間 15:15~16:30

11月7日(月)

11月14日(月)

11月21日(月)

11月28日(月)



移動図書館車 巡回日

子どもさんだけでなく大人の本も充実していますので、みなさんぜひご利用ください。

場所 大野公民館 駐車場

11月14日(月) 14:10~14:40

11月28日(月) 15:00~15:30

平成28年度 松北ブロック子育て支援事業

キッズクリスマス フェスティバル in 松北



●日 時：12月3日(土) 10:00~12:00

●会 場：法吉公民館

●対 象：就学前のお子様をお持ちの親子とその家族

●参加費無料・申込不要

●内 容：

よしとの飛び出す紙芝居『tukuru』10:00~
サンタさんからのプレゼントや他にも楽しいこと盛りだくさん

●問い合わせ：法吉公民館 0852-21-4966 (担当：松尾)



おおのふるさとまつり 10月23日

多数のご来場、誠にありがとうございました！



時折の降雨に心配させられましたが、みなさまのご来場により盛会裏に終えることができました。

開催にあたりましては、実行委員会のみなさまをはじめ、関係のみなさまには大変お世話になりました。ありがとうございました。