

公民館
だより

おおの



大野のシンボルマーク

平成30年 7月
松江市大野公民館

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



7月21日(土)
18:00~21:30

大野小学校校庭

詳しくは別紙チラシにて

7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 紙製容器	7
8	9 もやせる	10 プラ	11	12 もやせる	13 古紙・古着	14
15	16 もやせる	17 プラ	18	19 もやせる	20 紙製容器	21
22	23 もやせる	24 プラ	25	26 もやせる	27 古紙・古着 金属	28
29	30 もやせる	31 プラ				

6/3 松江市消防操法大会
松江橋北方面団選考会
大野分団優勝！



抜群のチームワークでみごと優勝！
6/24 松江市消防操法大会へ出場決定！



7月お知らせ

まめなかサロン お知らせ

日時 7月11日(水)
10:00~12:00



場所 大野公民館 研修室

●抹茶・コーヒー・紅茶
お菓子付きで1杯 150円

お誘い合わせの上ぜひお出かけください。

絵はがき教室 お知らせ

日時 7月18日(水) 10:00~

場所 大野公民館 研修室

講師 後藤 知里 様(gocci 書道サロン)

定員 10名(先着順)

参加費 500円(材料費込)

申込み 7月13日(金)までに大野公民館へ申し込んでください
(定員になり次第締め切ります)

子ども会 野外体験活動

日時 7月28日(土)

場所 サン・レイク(島根県立青少年の家)
※対象者には別途ご案内いたします。



きらきら学級 お知らせ

とき 7月31日(火)
10:00~11:30

ところ 大野公民館

内容 ◎カミカミメニューお菓子作り

大野の自然食材のお菓子作り
中学生のお兄さん、お姉さん
との交流もありますよ♪

持ち物 タオル・着替え・水筒など



7月 行事・館使用予定

日	曜	公民館 行事・使用							
1	日	ペットボトルロケット打上大会予選会	13:00						
2	月	夏まつり総務班会	19:30						
3	火	子ども会地区委員会	19:30	囲碁将棋クラブ	19:00				
4	水	社会を明るくする運動	7:10	湖北中PTA	19:00	青少協あいさつ運動	7:10	ステップ2 1	20:00
5	木	圃場整備の会	18:00	山中なごやか(外レク)		書道教室	20:00		
6	金	館報編集会議	10:00	からだ元気塾	10:00	図書館開館	15:00		
7	土	ペットボトルロケット打上大会予選会(予備日)							
8	日	市民バレーボール大会(松江市総合体育館)							
9	月	土居なごやか	10:00	建築組合	18:30	湖北中グループ青少協	18:30	移動図書館	14:10~14:40
10	火	一斉あいさつ運動	7:40	囲碁将棋クラブ	19:00	児童クラブ保護者・指導員会	19:00	小原流生花教室	20:00
11	水	青少協あいさつ運動	7:10	まめなかサロン	10:00	一斉あいさつ運動	7:40		
12	木	夏まつり幹事会	19:30	大正琴クラブ	20:00				
13	金	からだ元気塾	10:00	事務室閉鎖(午後)					
14	土	更生保護女性会	13:00						
15	日								
16	月								
17	火	囲碁将棋クラブ	19:00	魚瀬なごやか	14:00				
18	水	絵はがき教室	10:00	ステップ2 1	20:00				
19	木	書道教室	20:00	特設人権相談所	13:30				
20	金			からだ元気塾	10:00				
21	土	第15回おおの夏まつり 18:00							
22	日								
23	月	移動図書館	15:00~15:30	事務室閉鎖(終日)					
24	火	小原流生花教室	20:00	囲碁将棋クラブ	19:00				
25	水								
26	木	おおの輪・和・ワーククラブ	10:00	大正琴クラブ	20:00	夏休み子ども教室	10:00		
27	金	結核・肺がん検診	13:00	湖北ブロック交通指導員会	15:30	図書館開館	15:00	からだ元気塾	10:00
28	土	子ども会 野外体験活動 9:00							
29	日								
30	月								
31	火	きらきら学級	10:00	囲碁・将棋クラブ	19:00				

公民館行事で記録のために撮影した写真は、公民館のお便りやホームページに掲載させていただく場合があります。ご了承ください。

「一無、二少、三多」

はじめまして、松江総合医療専門学校の内田と申します。現在、大野地区の皆様の健康増進に大野公民館と一緒に取り組ませていただいております。今後学校と地域で連携して大野地域の健康増進活動を進めていきたいと思っておりますので、お気軽にお声掛けいただくと喜びます。さて、第1回目のテーマですが、生活習慣病についてです。

生活習慣病（メタボリックシンドローム：メタボ）は、現在では成人のみならず高齢者、あるいは子どもにも起こる可能性があります。大野地区健康調査のアンケート結果で最も良くない項目だったのが生活習慣の項目です。40歳以上の方には調査でもお聞きしましたが、以下のチェック項目に一つでも該当するとメタボのリスクがあるということになります。今回の大野地区では65歳以上では84%、

40歳～65歳未満では90%以上の方が1つ以上該当していました。そして該当項目が増えれば増えるほどリスクは高まり、全て該当すると非常に危険な状態であると言えます。

- メタボチェック項目**
- タバコを吸う
 - お酒の量は日本酒で言えば1日1合以上飲む
 - 食事で食べ過ぎることがある
 - 1か月間で仕事に休みが6日もない
 - 仕事以外に趣味や活動を行っていない

これらに対して日本生活習慣病予防協会は「一無、二少、三多」を薦めております。「一無（いちむ）」とは喫煙を無くすことです。「二少（にしょう）」は、少食・少酒のことです。三多（さんた）は、体を多く動かし（多動）、しっかり休養をとる（多休）、多くの人、事に接する生活（多接）のことです。大野地区でも「一無、二少、三多」を薦めて地域の皆様の力でメタボゼロを目指しましょう！



松江総合医療専門学校 理学療法士科
専任教員 博士（医学） 内田 武

がん検診を受けよう！ 大野地区の日程のお知らせ



【結核・肺がん検診】

検診日	受付時間	会場
7月27日（金）	9:00～9:30	魚瀬町 魚瀬漁協前
	9:50～10:30	魚瀬町 魚瀬バス停
	10:50～11:00	上大野町 西ノ村公民館前
	11:20～11:40	上大野町 東村 大前バス停前
	13:00～13:30	大野公民館
	13:50～14:20	大野町 上根尾公民館前
	14:40～15:00	大野町 大野下分班コミュニティ消防センター
	15:20～15:40	大野町 津ノ森駅前

◆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）

健（検）診についてのお問い合わせ
松江市健康推進課 ☎ 60-8174



7月は“社会を明るくする運動強調月間”です

～ 犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ ～

すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪のない地域社会を築こうとする全国的な運動で、今年で68回目を迎えます。

大野地区街頭活動 7月4日（水）7:10～ 津ノ森駅前にて行います。

子ども広場 開催日

開設時間 **15:15～17:00**



7月 2日（月）
7月 9日（月）

移動図書館車 巡回日

場所 大野公民館 駐車場

7月 9日（月）14:10～14:40
7月23日（月）15:00～15:30

子ども会 ペットボトルロケット 打ち上げ大会 予選会

日時 **7月1日（日）**
13:00～16:30

場所 大野公民館（製作）
大野小学校下校庭（打ち上げ）



夏の交通事故防止運動



7月1日（日）～7月21日（土）

広げよう事故ゼロしまねの思いやり

第58回 大野地区町民体育祭 結果報告

期日：平成30年6月17日（日）

総合優勝 魚瀬
総合準優勝 殿東
総合第3位 山村



松江市民 バレーボール大会

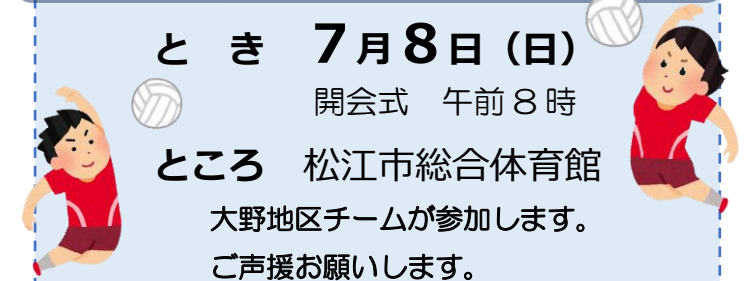
とき **7月8日（日）**

開会式 午前8時

ところ 松江市総合体育館

大野地区チームが参加します。

ご声援をお願いします。



公民館事務室閉室のお知らせ

7月13日（金）午後から

松北ブロック公民館館長・職員研修参加のため、事務室を閉めさせていただきます。公民館を使用される方は鍵を午前中までに受け取りに来てください。

7月23日（月）終日

振替休日処理のため、事務室を閉めさせていただきます。公民館を使用される方は7月20日（金）までに鍵を受け取りに来てください。

