

公民館
だより

おおの



大野のシンボルマーク

令和元年 8月
松江市大野公民館

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

大野地区敬老会 ご案内

日時 9月16日(月・祝) 9:40~12:00

会場 大野小学校 体育館

- 内容
- ①式典
 - ②愛のプレゼント交流 (子ども会)
 - ③アトラクション



出雲大社教 神代神楽本部 海潮山王神楽社中 御一行

【お祝いの対象人数】

- ・100歳 1名 (内施設入所 1名)
- ・白寿 3名 (内施設入所 2名)
- ・米寿 19名 (内施設入所 4名)
- ・喜寿 26名 (内施設入所 1名)

主催：大野地区社会福祉協議会 共催：大野地区子ども会育成協議会

健康フェスティバル開催日決定！

～詳細は後日お知らせします～

○日時 11月24日(日) ○会場 松江総合医療専門学校

8月 ごみ・資源物収集日程表

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

魚瀬っ子まつり

日時 8月12日(月) 祭
18:00~21:00

会場 魚瀬世代間交流会館

カラオケ大会を実施します。食べ物、遊びの屋台もあります。お気軽に遊びに来てください。

公民館事務室 閉室のお知らせ
8月 1日(木) 8:30~13:30
8月13日(火) ~15日(木)
事務室を閉めさせていただきま
す。ご迷惑をおかいたしますが、
ご了承ください。

8月お知らせ

まめなかサロン お知らせ

日時 8月7日(水)
10:00~12:00
場所 大野公民館 研修室

●抹茶・コーヒー
季節のお菓子付きで1杯 150円

お問い合わせの上ぜひお出かけください。

レクダンス教室 開催

日時 8月8日(木) 10:00~
場所 大野公民館 集会室

講師 藤川 優帆 様

参加費 500円

申込み 8月5日(月) までに公民館へ

移動図書館車巡回日

場所 大野公民館 駐車場

8月26日(月) 15:00~15:30

令和元年度

高砂祝いについてのお願い

松江市社会福祉協議会より

夫婦おそろいで結婚65周年を迎えられる方を、10月16日(水)に開催の「松江市高齢者福祉大会」においてお祝いたたく存じます。

該当者の方、または該当者を把握しておられる場合は大野公民館(Tel 88-2051)まで連絡をお願いします。

なお、情報提供の際には、ご本人了解の上でご提供いただきますようお願いいたします。

高砂祝い 該当者	昭和29年1月1日から、同年 12月31日までに結婚され た夫婦
-------------	--

受付締切：令和元年8月30日(金)

ご寄付御礼

お見舞い返し

上根尾 小林 富子 様

上根尾 多久和薫子 様

ありがとうございました。

大野地区社会福祉協議会

8月 行事・館使用予定

日	曜	公民館 行事・使用	
1	木	書道教室 20:00	事務室閉室~13:30迄
2	金	輪・和・ワ・夏休み子ども教室 13:30 館報編集会議 14:00	図書館開館 15:00 からだ元気塾 10:00
3	土		
4	日		
5	月		
6	火		囲碁将棋クラブ 19:00
7	水	青少協打ち合わせ 9:30 まめなかサロン 10:00	ステップ 21 20:00
8	木	レクダンス 10:00	建築組合 18:30
9	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
10	土		
11	日		湖北ファルコンズ 12:00
12	月	小原流生花教室 19:30	
13	火	事務室閉室(終日)	
14	水	事務室閉室(終日)	
15	木	事務室閉室(終日)	
16	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
17	土		
18	日		
19	月		
20	火	青少協理事推進会議 18:30 自治会連合会 19:30	囲碁将棋クラブ 19:00
21	水	ステップ 21 20:00	
22	木		書道教室 20:00
23	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
24	土	寿会ミニスポーツ大会(専門学校 体育館)	
25	日		
26	月	移動図書館 15:00~15:30	
27	火		囲碁将棋クラブ 19:00
28	水	絵てがみ教室 10:00	
29	木	ふるさとまつり実行委員会・ 公民館運営協議会 18:30	体協常任理事会 20:00
30	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
31	土		

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。

「本当にただの肩こりですか？」

毎年、厚生労働省が行う全国調査の中で身体の問題として1位と2位を独占するのが肩こりや腰痛です。そして昨年度に行われたある研究機関のインターネット調査では、残念ながら島根県が全国で一番肩こりや腰のこりを感じているという結果が出てしまいました。肩こりや腰痛を改善するには簡単な体操でも良いですが、ジョギングなどでも改善するということが報告されています。無理なく楽しく出来る範囲の運動を行ってもらえればと思います。しかし、ただの肩こりと侮ってはいけません。もしかすると体が大変な病気であることを教えてくれているサインかもしれません。図のチェック項目は日本臨床内科医会が出しているものです。もし一つでも当てはまれば一度病院を受診することをお勧めします。どんな病気も初期段階であればすぐに治りやすいものですが、大きな病気になってしまってからでは治すのが大変ですよ。体が折角教えてくれている危険な肩こりのサインを見逃さずに、心配な方は受診をしましょう！

こんなときはすぐに受診！

～危険な肩こりとは～

- ✓ 運動したとき(例えば階段を上るとき)に肩が痛む
……狭心症の可能性があります。
- ✓ 手のしびれや麻痺を伴う
……首や肩の神経・血管が圧迫されているときの症状です。
- ✓ 首や肩を動かしていないのに痛む
……骨の異常や内臓の病気がありません。
- ✓ 徐々に症状がひどくなる
……進行性の病気が考えられます。例えば、がんなどです。



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

～大野地区健康まつえ21推進隊 お知らせ～

令和元年度 松江赤十字病院「健康医学講座」ご案内

大野地区健康まつえ21推進隊では、多様な内容で開催される講座に地区の皆さんと一緒に参加し健康寿命をみんなで延ばすことを目的としています。興味のある講座があれば、ぜひ日赤まで一緒に受講しに行きませんか!!(参加費は無料です。)第3回目のご案内。

『8月9日(金)午後2時～3時

「歯を守ろう!～実は怖い歯周病のはなし～」講師: 歯科口腔外科医師 吉田 優
歯科衛生士 仲 志保

参加希望の方は8月7日(水)までに大野公民館までご連絡ください。

レクダンス教室を開催しました～次回は8月8日開催です。ぜひお越しください♪～



交通安全無事故無違反推進月間

8月1日(木)～9月30日(月)

- 子どもと高齢者の交通事故防止
- すべての座席のシートベルトと、チャイルドシートの正しい着用の徹底
- 飲酒運転の根絶
- 過労・脇見運転の防止

交通事故のない
楽しい夏にしよう

スポーツ推進員さん幼稚園親子活動で活躍!



蛍光灯の回収をしています

ここに注意!

平成27年に「水銀による環境の汚染の防止に関する法律(水銀汚染防止法)」及び「大気汚染防止法の一部を改正する法律」が公布され、松江市においても、廃棄された蛍光灯などの水銀使用廃製品を適正に回収するため市内18カ所に専用回収ボックスを設置し、蛍光灯の回収をはじめます。

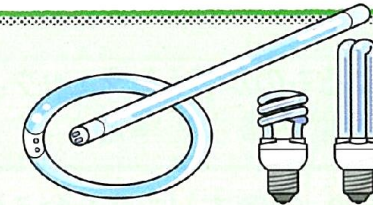


対象外 白熱電球・LEDランプ・ハロゲンランプ・割れた蛍光灯
(対象外の場合は新聞紙に包んで **もやせるごみ** ▶P.8 に出してください)

リサイクルステーションにある回収ボックスに出してください。

蛍光灯ってどんなもの?

直管形
環形
電球形



どうやって出すの?

お願い!

破損防止のため、なるべく紙筒・紙箱に入れたまま回収ボックスに入れてください。



RS横:リサイクルステーション横

回収ボックス設置場所

松江市環境センター	玄関横	学園南1-20-43
松江市本庁	正面玄関横	末次町86
松江市鹿島支所	RS横	鹿島町佐陀本郷640-1
松江市島根支所	RS横	島根町加賀1175-1
松江市美保関支所	RS横	美保関町下宇部尾61-2
松江市八雲支所	RS横	八雲町西岩坂355-1
松江市玉湯支所	RS横	玉湯町湯町1793
松江市宍道支所	RS横	宍道町宍道885-3
松江市八束支所	RS横	八束町波入2060

松江市東出雲支所	RS横	東出雲町揖屋1142
本庄公民館	ロータリー横	本庄町463-3
持田公民館	ゲートボール場横	東持田町61
生馬公民館	RS横	西生馬町8
秋鹿公民館	RS横	岡本町70
大野公民館	RS横	上大野町1855-1
朝酌公会堂	RS横	朝酌町89-3
JALまね忌部店	入口	東忌部町903-2
100満ポルト松江本店	RS横	乃白町496-4

夏休み親子写真教室 について

開催日時・場所 令和元年8月17日(土) 10:00～11:30 松江市城西公民館
応募・詳細内容の問い合わせ先 松江市市民憲章推進協議会 希望あふれるまち部会事務局
TEL55-5288 FAX55-5543 Mail:s-kikaku@city.matsue.lg.jp

社会を明るくする運動街頭活動を行いました



ゴーヤが大きく育ちました



消防大野分団・各町内会合同
消火栓からの放水訓練

実施日 9月8日(日)

場所・時間等は後日お知らせします。

