

公民館
だより

おおの



大野のシンボルマーク

令和2年1月
松江市大野公民館

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

謹賀新年

旧年中は公民館運営に格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。
本年も変わらせずよろしくお願い申し上げます。

令和2年 元旦

大野公民館運営協議会 会長 加藤 滋夫
大野公民館 館長 伊藤 京子
職員一同



寄贈：阪本景一様

大野地区民生委員・児童委員紹介

令和元年12月1日付で民生委員・児童委員の改選があり、2名の方が退任され新たに3名の方が就任されました。この度退任されます 村松基子様(9年間)、八幡順子様(6年間)長きにわたりたいへんお世話になりました。感謝申し上げます。

担当地区	氏名
中の手・土居	石倉 勤(新任)
東村・中川	藤原 知一
西ノ村・鎌田	兼折 和嗣
津ノ森・山中	田中 令子
殿山・上根尾・細原	木村 百合子
魚瀬東・魚瀬西	村松 恵子(新任)
主任児童委員	金坂 啓江
(大野地区全域)	足立 久美(新任)

1月お知らせ

大野地区消防出初放水



日時 1月11日(土)
出初放水は、13:30から
大野郵便局前で行います。

料理教室 お知らせ

日時 1月15日(水) 10:00~13:30
場所 大野公民館 調理室・研修室
講師 おばあちゃんの台所の会
(元食生活改善推進員)
内容 体にも美味しい酒のおかず
特別企画 「いつまでも美味しく食べるために」
講話 咀嚼運動
参加費 500円(材料費)
持参品 エプロン・三角巾
申込み 1月10日(金)までに大野公民館へ

生活習慣予防講演会お知らせ

日時 1月21日(火) 13:00~15:00
場所 大野公民館 集会室
講師 松江赤十字病院病院付部長 医療安全推進室長
糖尿病・内分泌内科 垣羽 寿昭氏
内容 理解を深める！
糖尿病予防、動脈硬化予防
参加は無料です！
ご希望の方、血管年齢測定できます！

移動図書館車 巡回日

場所 大野公民館 駐車場
1月27日(月) 15:00~15:30

子ども広場 開催日

3学期の子ども広場がはじまります
開設時間 15:15~16:30
1月20日(月) ミニテニス(16:45 終了)
1月27日(月)

1月 行事・館使用予定

日	曜	公民館行事・使用	
1	水		
2	木		
3	金		
4	土		
5	日		
6	月	仕事始め	
7	火		囲碁将棋クラブ 19:00
8	水		
9	木	出雲国の薬草セミナー14:00 書道教室 19:00	健康レクダンス 10:00 建築組合 18:30
10	金		からだ元気塾 10:00
11	土	消防出初放水 13:30	出初祝賀会 17:30 翠苑
12	日		
13	月		
14	火	一斉あいさつ運動 7:40	囲碁将棋クラブ 19:00
15	水	一斉あいさつ運動 7:40 料理教室 10:00	ステップ21 20:00
16	木	公民館事務室閉室 16:00~	
17	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
18	土	ジュニアリーダー研修	
19	日		
20	月	6年生と高齢者交流歴史講座 10:40	
21	火	生活習慣予防講演会 13:00	囲碁将棋クラブ 19:00
22	水	絵てがみ教室 10:00	輪和ワクラブ常任理事会 19:00
23	木	書道教室 20:00	
24	金	図書館開館 15:00 公民館運営協議会 18:30	からだ元気塾 10:00 クラフト教室 14:00
25	土		
26	日		
27	月		移動図書館 15:00~15:30
28	火		囲碁将棋クラブ 19:00
29	水	運協連研修会(メッセ)	ステップ21 20:00
30	木		
31	金		からだ元気塾 10:00

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。

1月 ごみ・資源物収集日程表

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

まめなかサロン お知らせ

1月2月は都合によりお休みします。
またのご参加をお待ちしております。

ご寄付御礼
香典・玉串料返し
殿山 岩成 清様
西ノ村 金坂 君子様
ありがとうございました。
大野地区社会福祉協議会

【公民館事務室閉室のお知らせ】

12/27(金)午後~1/5(日)
年末年始のお休み
1/16(木)16:00~

松江市公民館協議会研修のため、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、鍵を事前に受け取りに来てください。

交通安全 飲酒運転根絶作戦

飲んだら乗らない 乗るなら飲まない 乗るなら飲ませない

令和元年

令和2年

12月1日(日)~1月31日(金)

フレイル予防 ～指輪っかテストの紹介～

昨年に続きまして本校の方で開催していただいた第2回大野健康フェスティバルでは、多数の大野地区住民の方々にご来校いただきありがとうございました。今回のテーマは「フレイル（虚弱）」でした。今回は残念ながら参加していただけなかった方に対して、フェスティバルで行ったフレイルの検査方法の一つである「指輪っかテスト」をご紹介します。

やり方は単純です。ふくらはぎの一番大きな所で親指と人差し指で輪っかを作り、囲めるかどうかを視ます。判定として指輪に隙間が出来る方は、脚の筋肉がかなり弱くなっている可能性がありますので注意が必要です。このテストはあくまでも簡易的なものですので、このテストだけでフレイルとは言えません。

しかし、お体にご心配がありましたらお気軽にお尋ねいただくと喜びます。

今後とも大野地区を始め、松江市の方々の健康増進に努めていきますので、ご理解・ご協力をよろしくお願い致します。

指輪っかでふくらはぎを囲んだ時にどうなりますか？
当てはまる○に同じ色のシールを貼って下さい。



囲めない ちょうど囲める 隙間ができる

【記事に関するお問い合わせ】

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

環境視察研修

11/28



きらきら学級クリスマス会

12/3



お礼

去る、12月8日(日)に民生児童委員の皆様
に、公民館の清掃を行なっていただきました。
ありがとうございました。

受賞おめでとうございます

鳥根県功労者表彰

功労区分 保健医療福祉

木村 百合子 様

中国地方更生保護委員会委員長感謝状

小林 恵美子 様

松江保護観察所所長感謝状

金坂 翠 様

エゴマの出荷が始まりました

12/20



除雪について

4つのお願い

助け合い“だんだん”除雪

15cm以上の積雪で主要路線、バス路線から優先して除雪を始めます

- ①「生活道路」…生活道路の除雪は地域の皆さんのご協力をお願いします
- ②「木や竹の伐採」…木や竹は道路にせり出す前に伐採をしてください
- ③「通路の確保」…除雪により雪で出入り口を塞ぐことがあります各自で通路を確保してください
- ④「路上駐車」…除雪車の妨げになりますので路上駐車はやめてください

●除雪依頼をするには

各地区自治会長又は土木委員(道路愛護団長)へ連絡をしてください。自治会長・土木委員より公民館又は市役所へ除雪依頼をします。

●注意事項

各自治会又は個人から除雪業者へ直接の連絡はしないでください。



積雪時のごみ収集 困難箇所について

積雪時には道路状況によりごみ収集が困難な場所が発生することから、公民館区内的ごみの収集ができていない場合は、**松江市リサイクル都市推進課** Tel.55-5281へ直接連絡してください。

融雪剤を公民館前に置いてあります。ご希望の地区は公民館までお越しください。

料理教室

12/11



津/森駅で津/森自治会有志の皆さん

によるクリスマスライトアップ

