



2018

宍道公民館だより



12

◆編集・発行

松江市宍道公民館
〒699-0401 松江市宍道町宍道 885-3
TEL66-0811 FAX66-0303
HP <http://matsue-city-kouminkan.jp/sinji/>

第45回宍道町民文化祭

～アイデアとエネルギーの再発見！～

11月3日～4日の二日間に渡り第45回宍道町民文化祭が開催されました。諸団体のアイデアで大成功！天候も良く地域の皆様のエネルギーを感じることが出来ました。



←プレゼン大会にて、真剣に耳を傾ける皆さん。

グランプリの栄冠に輝いた、坂根さん！



←ステージではフラダンスも・・・

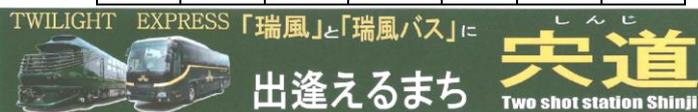


トワイライトエクスプレス「瑞風」12月の停車スケジュール



「瑞風」朝8時22分到着 12月カレンダー

12月						
月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



★宍道まなび塾 ボランティア講師募集！



宍道小学校で実施中の「宍道まなび塾」は毎週月曜日の午後3時から5時まで（冬場は4時20分まで）、児童が学習習慣をつけてくれることを目的に、2年生から6年生までの塾会員と算数や国語などを、現在12名のボランティア講師で30名ほどの児童と一緒に勉強しています。基本的に自主学習を支え、学習を見てくださる方、子どもたちと学習していただける方を募集しています。月1、2回ぐらいのボランティアです。

【条件】

開催日：毎週月曜日

（午後3時から5時までの2時間）月1～2回程度

※「松江てらこや」事業経費内で謝金が出ます。

【問い合わせ先】

宍道公民館 宍道まなび塾担当 佐藤和彦
TEL 66-0811

宍道コミュニティバス 年末年始の運休について



宍道コミュニティバスは、年内12月30日（日）から、年明けの1月3日（木）まで運休いたします。

ご利用の皆様には、大変ご不便をおかけしますが、よろしくお願いたします。

来年も、宍道コミュニティバスのご利用をお願いいたします。

★宍道コミュニティバス年末年始カレンダー

12/29	12/30	12/31
土曜日	日曜日	月曜日
通常運行	※年末運休日	

1/1	1/2	1/3	1/4
火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
※年始運休日			通常運行

松江市交通政策課
宍道支所地域振興課

55-5661
55-5800

12月 主な行事予定

冷蔵庫に貼ってお使いください。
関係ある部分はマーカー等をしてお使いください

日	行	事
1	土	湖南ブロック学習発表会
2	日	央道歳末助けあいチャリティー
3	月	
4	火	生花サークル
5	水	健康麻雀/楽健サークル/空手道教室/安来節保存会 まめなか相談 男の諸々楽校/来待小餅つき大会
6	木	ふらっとさろんカフェ/コールそれいゆ/楽健サークル 健脳教室/央道ふれあいの会研修会 押し花教室/ワサクル [®] メケ からだ元気塾
7	金	大正琴D/詩吟サークル/手芸教室 うりぼうず広場 健康体操サークル/キッズ3B体操
8	土	健康麻雀/塔島根短歌会 央道の歴史を楽しむ教室
9	日	しおかぜ駅伝
10	月	みんなで歌おう やさしい大正琴/エコ雑貨 子育て&子育て支援の講座
11	火	レワワ-央道/友達づくりサロン
12	水	健康麻雀/空手道教室 悠々塾 栄養相談
13	木	ふらっとさろんカフェ/コールそれいゆ/楽健サークル 絵画教室 うりぼうず広場 からだ元気塾
14	金	大正琴C/花はなクラブ からだすつきりサロン
15	土	市民憲章かるた大会 健康麻雀/パソコン教室 松江市余芸大会

日	行	事
16	日	迷木盆栽会
17	月	健脳教室
18	火	リフォーム手仕事の会 きまち出前サロン わいわいサロン
19	水	健康麻雀/楽健サークル/空手道教室 まめなか相談
20	木	ふらっとさろんカフェ/コールそれいゆ/楽健サークル うりぼうず広場 ワサクル [®] メケ からだ元気塾
21	金	大正琴D/詩吟サークル/手芸教室 健康体操サークル/キッズ3B体操
22	土	楽健サークル/パソコン教室/健康麻雀/紙粘土教室
23	日	天皇誕生日
24	月	やさしい大正琴
25	火	レワワ-央道/大正琴C/友達づくりサロン
26	水	健康麻雀/生花サークル 栄養相談
27	木	ふらっとさろんカフェ/花はなクラブ/楽健サークル からだ元気塾
28	金	央道公民館大掃除
29	土	12/29~1/3 央道支所 休業
30	日	
31	月	

◆央道公民館の年末年始休館日について
12月29日(土)~1月4日(金)
ご迷惑をおかけします。よろしくお願いいたします。

因	央道公民館・社協	66-0811
因	きまち来楽館	66-3554
因	央道支所	55-5800
因	健康センター	55-5811

子	子育て支援センター	66-1428
因	央道体協	66-0811
因	湖南地域包括支援センター	24-1830
C	ギャラリーC	67-1166

因	しんじ幼稚園	66-8008
因	央道小学校	66-0352
因	来待小学校	66-0051
因	央道中学校	66-0854
因	央道高等学校	66-7577

※詳細につきましては下記にお問い合わせください。

★松江市立移動図書館車巡回日程(12月) 新しい本が入っています♪

	央道公民館	きまち来楽館
13日(木)	10:50~11:40	9:50~10:30
27日(木)	10:50~11:40	14:10~14:50

図書コーナーからお知らせ!

公民館の図書コーナーの本をひとり3冊まで、期間は2週間で借りることが出来ます。公民館窓口で手続きしてくださいね。

早いもので今年も残すところあと一か月、皆さんはどんな一年をお過ごしでしたか?

公民館では、アエルネを会場に様々なイベントが開催され、町内外から幅広い年齢層の方が多数参加され賑わいました。中でも公民館の青少年の活動や文化祭が盛会裏に開催できたのは、ボランティアの皆さんのお陰だと感謝しています。従来のものに、若い力が加わり、一層パワーアップした感じがし、今後の展開が楽しみです。その年、良い年をお迎えください。(安達)

編集後記

日時 12月の行政相談
場所 9時30分~12時
央道支所

★央道町の人口・世帯数

【10月31日現在】

※数値は住民登録者数と外国人登録者数の合計

人口	8,696人	(前月比-16)
男	4,205人	(-6)
女	4,492人	(-10)
世帯数	3,167世帯	(-3)

2018ふるさとガイド研修会

募集!

宍道ふるさとガイド研修第4弾は瑞風ゆかりのスポットの一つ、緑の御朱印で有名な「氷川神社」を学びます。

【期日】 12月22日(土) 9:00~11:00

【集合場所】 宍道公民館

【研修先】 氷川神社

【持ち物】 筆記具など

【講師】 宍道ふるさとガイド協会 五百川秀男氏

※参加希望の方は宍道公民館へご連絡ください。締め切りは12月20日(木)です。

食の地域探訪「ワイン会」!

募集!

おいしい料理を食べながら品種の違うワインを飲み比べ、自分好みの品種のワインを見つけ食文化の見聞を広めませんか?

期日 平成30年12月7日(金)

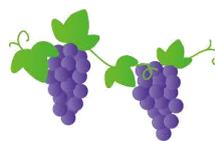
17時~20時

場所 Nature(レストラン ナチュラル)

宍道町東来待1574-1 来待ストーン内

参加費 3,000円(ワイン・料理代)

定員 20名



※ご希望の方は宍道公民館までお申し込みください。定員になり次第締め切らせていただきます。

ふるさとガイド研修会報告!

報告!

宍道ふるさとガイド研修第3弾は金山坂口要害山に登りました。11月17日(土)この日坂口農村公園へ集まった、来楽館歴史を学ぶ会の皆さんと宍道ふるさとガイド協会合同で金山坂口要害山城にトレッキングしました。講師は五百川秀男さんと、金山要害山保存会の錦織榮藏さんでした。今年度金山要害山保存会さんではこの成とその西側の伐採を実施され、景観が良くなっています。是非とも金山坂口要害山に登ってみてください。



松江市市民憲章かるた!

募集!

松江市民憲章

かるた



大会

参加無料

参加者募集!

日時:12月15日(土) 9:30~11:30 (受付は9:00~)

会場:宍道公民館
対象:小学生1~6年生

各部1位~4位に図書券がもらえるよ!各部で上位入賞者は1月12日(土)にある松江市大会に出場します。競技の後にはおひるごちみんまで食べよう

※低・中・高学年に分かれての競技になります。

お申込み・問い合わせは宍道公民館までご連絡ください。締切は11月29日(木)までです。

松江市民余芸大会 開催!

お知らせ!

「第70回歳末たすけあい松江市民余芸大会」が下記の日程で開催されます。松江市公民館職員も多数出演します。皆様のご来場をお待ちしています。

開催日時 平成30年12月15日(土)

開演 13:00 開場 12:00

終了予定 17:00

会場 島根県民会館 大ホール(全席自由)

入場料 前売1,800円 当日2,000円

小学生以下無料

※お楽しみ抽選会が演目の間で行われます。

※チケットの購入希望者は宍道公民館までご連絡ください。

12月28日 ぐらしステーションしんじアエルネ 大掃除ボランティア募集!

お知らせ!

今年も残すところ1ヵ月!ぐらしステーションしんじアエルネでは、12月28日10時から大掃除をします。1時間程度で玄関掃除などを考えています。地域の皆様にもお手伝いいただくと助かります。終わったらお蕎麦を食べようと思います。参加いただける方は宍道公民館までご連絡ください。

宍道子育て支援センターより **お知らせ**

☆うりぼうず広場☆

12月生まれの誕生会 & クリスマス会

【期日】12月7日(金)10:30~11:30

【場所】宍道公民館 大会議室

【内容】

- ・クリスマスのうたを歌おう
- ・宍道中学校の生徒さんとの交流
- ・12月生まれの誕生会
- ・パネルシアター…など

※準備の関係上、参加希望の方は12/3(月)までに申し込みをお願いします。

【お問合せ】 宍道子育て支援センター 66-1428

年末の交通事故防止運動 **お知らせ**

年末にむけて飲酒の機会が増えるこの時期は、飲酒運転による交通事故の発生等が懸念されます。また、年末の慌ただしさや帰省に伴う交通量の増加、積雪・凍結に起因する重大事故の発生が予想されます。地域でも共に飲酒運転の根絶を訴え、冬道や夜間での安全運転の徹底、安全運転と安全行動の実践を呼びかけ合い、年末の交通事故防止に務めましょう。

【運動の期間】

12月11日(火)~12月31日(月)まで

【お問合せ】 宍道町公民館 66-0811

移動図書館車を利用しましょう **お知らせ!**

宍道公民館や来待「来楽館」には地域の方のための松江市立移動図書館車が毎月2回程度やってきます。

最近では、借りに来られる方も増えています。宍道公民館には図書館がなく、代わりに図書コーナーがあります。公民館として新刊も入れていますが松江市立図書館からも借りて図書コーナーの棚に入れていきます。皆さんも是非借りにいらしてください。来館日や時間は公民館便り裏面をご覧ください。



【お問合せ】 宍道町公民館 66-0811

宍道健康センターより **お知らせ**

~年末年始を元気に乗り切るためのポイント~

12月から1月にかけては、クリスマスや忘年会、お正月、新年会等イベントが多く、食生活が乱れやすくなります。ついつい食べ過ぎたり飲み過ぎたり、また寒くなりからだを動かす機会が減りやすい時期です。気がつけば正月太り、とならないよう気をつけましょう!

①暴飲暴食をしない

雰囲気も楽しく、いつも以上に飲食してしまいがちですが、寿司や揚げ物など、高カロリーで塩分の多い料理も沢山あります。またお酒も高カロリーで食欲を促す作用があり、肝臓にも負担がかかります。

カロリーオーバーにならないよう食べ過ぎ・飲み過ぎに気をつけましょう。

②運動不足にならない

室内でできる体操やストレッチ等、意識してからだを動かしましょう。

③生活リズムを整え、しっかり休養

この時期は生活リズムも乱れやすくなりますが、予定を入れ過ぎず、寝不足にならないような生活を心がけましょう。

④手洗い・うがいで感染症予防

年末年始は暴飲暴食や運動不足、睡眠不足、生活リズムの乱れ等から免疫力も低下しやすく、インフルエンザ等感染症が流行する時期でもあります。また医療機関も長期間休診となりますので、健康管理をしっかりしましょう。

【お問合せ】 宍道健康センター 55-5811

宍道体協からお知らせ! **お知らせ**

【大会結果】

◆第52回宍道町民バレーボール大会 (11/11)

- | | | |
|------|-----|-----------|
| 男子の部 | 第1位 | 佐々布支部 |
| | 第2位 | 昭和支部 |
| | 第3位 | 白石支部・南城支部 |
| 女子の部 | 第1位 | 佐々布支部 |
| | 第2位 | 白石支部 |

◆第64回まつえ駅伝フェスティバル (11/18)

- | | | |
|-----|-------------|----|
| 宍道A | 第1部 (16チーム) | 2位 |
| 宍道B | 第2部 (11チーム) | 5位 |

【大会予定】

◆「第27回浜田—益田間駅伝競走大会」

12月9日(日) 午前9時30分

益田陸上競技場 スタート

「壮行会」12月8日(土) 9:30~
宍道公民館 小会議室にて

【お問合せ】 宍道体協 66-0811