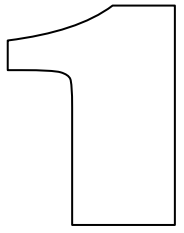




2019
宍道公民館だより



◆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/>

年頭のおいさつ

宍道公民館運営協議会 会長 三島良信

新年あけましておめでとうございます。皆さまにはご家族お揃いで新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

平成 30 年の漢字は「災」でした。大阪北部の地震、山陽方面の水害、北海道での地震、止む事のない災害が発生し多くの犠牲者が出ました。自然の恐ろしさを感じた年でありました。災害が起こるたびに思うことは、普段から近所付き合いや地域の活動などで連携が取れていることが重要であると感じています。今年こそは「幸」「福」の漢字となるように祈ります。

さて、公民館では生涯学習活動は基よりですが、宍道まちづくり協議会、地域福祉事業、青少年育成事業など、多くの窓口と事務を受け持ち毎日忙しくしています。旧松江の地域には支所がありませんので行政が行うことなども公民館が担っています。だんだん宍道公民館でも行政の下請けのような業務が多くなっており、ご迷惑をかけていることもあると思いますがいずれにしても、地域住民の皆さんの生涯学習やイベントの場として大いに活用していただき、気軽に集い、学び、活動できる地域の「まちづくりの拠点」となるように望んでいます。

本年も皆さまの一層のご指導ご協力を賜りますようお願いいたします。

皆さまにとりまして良い年となりますように、ご祈念申し上げます。 平成 31 年元旦



松江市宍道公民館
運営協議会
会長 三島良信
館長 佐藤和彦
職員 安達まゆみ
佐藤八重
近藤友太
土江里美
中村真貴子

二〇一九年元旦



「瑞風」クルーとの交流会 Vol.2 募集

平成 30 年度も地域の皆さまにはトワイライトエクスプレス「瑞風」の宍道駅到着の歓迎にご協力いただき、厚くお礼申し上げます。

皆さまの毎回のご努力でお迎えの人数も定着し、たくさんの方々に手を振っていただけます。今後も瑞風停車だけでなく宍道のまちづくりにつなげていくよう努力してまいります。ますますのご協力をお願いいたします。

尚、1月29日(火)午後より「瑞風」クルーとの交流会を開催いたします。是非、クルーとの交流を楽しみましょう。詳細は告知放送等でご連絡いたします。

「瑞風」とまちづくりの会
代表 持田康史



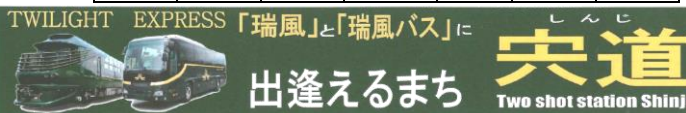
昨年
の
交
流
会
の
様
子。

トワイライトエクスプレス「瑞風」
1月の停車スケジュール



「瑞風」朝8時22分到着 1月カレンダー

1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			



「瑞風」とまちづくりの会 55-5800

1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	火	12/29～1/3 宍道支所 休業
2	水	12/29～1/3 宍道子育て支援センター 休館
3	木	12/29～1/4 宍道公民館休館
4	金	松江市新年賀会
5	土	出雲弁保存会 因 新春子どもの集い 因
6	日	
7	月	宍道町新年賀会
8	火	友達づくりサロン 因
9	水	健康麻雀/楽健サークル 因 まめなか相談/ 栄養相談 因
10	木	ぷらっとサロンカフェ/コールそれい ゆ/楽健サークル/レッツ3B 体操/出 雲弁保存会 因 押し花教室/フラサー クルプメハナ 因 うりぼうず広場 子 健脳教室 因 からだ元気塾
11	金	花はなクラブ/詩吟サークル/写楽会/大正 琴 C 因 からだすつきりサロン/健康 体操サークル 因
12	土	市民憲章かるた中央大会 パソコン教室/健康麻雀/子供神楽教 室 因
13	日	
14	月	みんなで歌おう/レッツ3B 体操 因 やさしい大正琴 因
15	火	

日		行 事
16	水	健康麻雀/空手道教室 因 まめなか相談 因
17	木	ぷらっとサロンカフェ/楽健サークル 因 フラサークルプメハナ 因 うりぼうず広場 子 からだ元気塾
18	金	大正琴 D 因
19	土	健康麻雀 因 宍道の歴史を楽しむ教室 因 栄養相談 因
20	日	出雲弁保存会 因
21	月	エコ雑貨サークル 因 まなび塾 因
22	火	手仕事リフォームの会/友達づくりの会 因 おしゃべり広場 子 わいわいサロン 因
23	水	健康麻雀/楽健サークル/空手道教室 因
24	木	ぷらっとサロンカフェ/コールそれいゆ/ 楽健サークル/レッツ3B 体操 因 うりぼ うず広場 子 からだ元気塾
25	金	花はなクラブ/詩吟サークル/大正琴 C 因 健 康体操サークル/キッズ3B 体操 因
26	土	健康麻雀/パソコン教室/楽健サークル/子 供神楽教室 因
27	日	迷木盆栽会 因
28	月	みんなで歌おう 因 やさしい大正琴 因 お たのしみ広場 子 まなび塾 因
29	火	瑞風クルーとの交流会 ぬり絵教室 因
30	水	健康麻雀 因
31	木	ぷらっとサロンカフェ/コールそれいゆ 因 子育て&子育て支援のための講座 子 からだ元気塾

※詳細につきましては下記にお問い合わせください。

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

子	子育て支援センター	66-1428
因	宍道体協	66-0811
因	湖南地域包括支援センター	24-1830
C	ギャラリーC	66-3710

因	しんじ幼保園	66-8008
因	宍道小学校	66-0352
因	来待小学校	66-0051
因	宍道中学校	66-0854
因	宍道高等学校	66-7577

★松江市立移動図書館車巡回日程(1月)

	宍道公民館	きまち来楽館
17日(木)	10:50~11:40	9:50~10:30
31日(木)	10:50~11:40	14:10~14:50

※一人10冊まで借りれます。
たくさん読書してくださいね!

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借りることが出来ます。ひとり3冊まで、期間は2週間です。公民館窓口で手続きしてくださいね。

編集後記
明けましておめでとう
ございます。
たよりの中でも報告し
ましたが、今年度は市民
憲章かるた大会宍道地区
予選を十二月に行いまし
た。白熱した試合を勝ち
抜いた精鋭六名が宍道地
区の代表として一月十二
日に開催される松江市大
会に出場します。この冬
休みに家族の方とたくさ
んの練習をしてけると
思います。三年ぶりの開
催ですので、チーム宍道
として頑張ってください
で応援お願いします。
(佐藤八)

1月の行政相談
日時 1月8日(火)
9時30分~12時
場所 宍道健康センター

★宍道町の人口・世帯数

【11月30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	8,692人	(前月比-4)
男	4,205人	(±0)
女	4,487人	(-4)
世帯数	3,166世帯	(-1)

2019 ふるさとガイド研修会 **募集!**

宍道ふるさとガイド研修第5弾は塩冶判官首塚を学びます。その後1年間のまとめを座学で行います。

【期日】 1月26日(土) 9:30~11:30

【集合場所】 宍道公民館

【研修先】 塩冶判官首塚

【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1月21日(月)です。

食の地域探訪「ワイン会」! **報告**

12月7日(金) 来待ストーン内にあるNature(レストラン ナチュラル)に於いて、食の地域探訪「ワイン会」を開催しました。10名の参加者があり、坂本シェフから自分好みのワインの選び方や、知っているようで知らない「ワインの常識・非常識」も教えていただき、充実した時間が過ごせました。次回は夏に開催する予定です。皆さん是非参加してくださいね!!



松江市市民憲章かるた大会 **報告**

12月15日(土) 宍道公民館に於いて松江市市民憲章かるた大会宍道地区予選を開催しました。23名の参加者があり、また、8名の地域スタッフの方に運営やおしるこづくりで協力していただき、白熱した試合を楽しく賑やかに行うことができました。ありがとうございました。上位入賞者の6名には年明け1月12日(土)に開催される市大会に出場していただきます。応援よろしくをお願いします。



おしるこも美味しかったよ

湖南ブロック学習発表会 **報告**

12月1日(土) 玉湯公民館に於いて、第13回湖南ブロック学習発表会が開催され、宍道からは四ツ葉会さん、3B体操ひまわりさん、しんじ恋踊り連毘盧遮那さん(発表)。なかよし倶楽部さんの押し花など(作品展示)。交流広場には宍道ジュニアリーダーズクラブさんなど。たくさんの方に来場いただき盛会裏に終了しました。



完売!

大江/郷自然牧場視察! **報告**

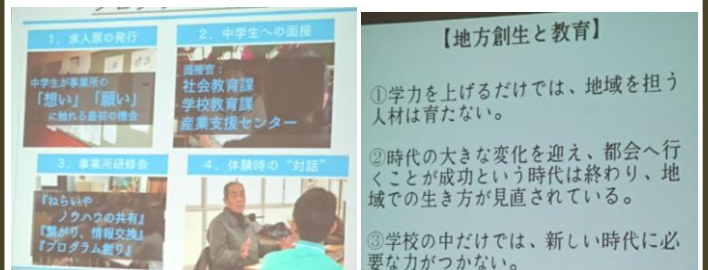
11月28日(水) 宍道公民館運営協議会事業部主催、第6次産業を学ぶことを目的で鳥取県八頭町「大江ノ郷自然牧場」へ視察に行きました。中山間地域に卵から人口減少問題・休耕田問題までも解決させ、年間37万人の観光客が「天美卵」や「パンケーキ」を求め来館されるそうです。パンケーキはふわふわで何個でも食べられます。皆さんも是非行ってみてください。



子どもの健全育成視察研修 **報告**

11月22日(木)~23日まで松江市青少年育成連絡協議会主催の子どもの健全育成研修として現在小中学校で実施されている「ふるさと教育」について勉強してきました。益田市教育委員会ではライフキャリア教育について学び、子どもたちが各年代で人との出会いを積み重ね、広げ、自分自身の未来の姿を達成する。といった素晴らしい教育方針でした。新年度からの方向が見えて来ました。

(文責 佐藤和彦)



【地方創生と教育】

- ①学力を上げるだけでは、地域を担う人材は育たない。
- ②時代の大きな変化を迎え、都会へ行くことが成功という時代は終わり、地域での生き方が見直されている。
- ③学校の中だけでは、新しい時代に必要力がつかない。

子育て支援センターより

お知らせ

～おたのしみ広場【1月】～

「親子で花もち作り」

松江に古くから伝わる伝統のお菓子『花もち』をご存じですか？

かつては、各家庭で桃の節句の時に作られており、いがもち、よねもち、ひなもちの呼び名もあるそうです。将来お子さんに伝えていくために、地域の伝統食を親子で一緒に作ってみませんか。

日時：平成31年1月28日（月）
10：00～11：30

場所：宍道子育て支援センター

講師：食生活改善推進員

参加費：1家族100円

定員：10組（定員になり次第締め切ります）

持ってくる物：エプロン 三角巾

共催：食生活改善推進協議会宍道支部
宍道地区社会福祉協議会

※アレルギーの心配のある方はご相談ください。

※参加希望の方は12/20（木）～1/24（木）までに申し込みをお願いします。

昨年の様子



【お問合せ】 宍道子育て支援センター 66-1428

フランス料理教室開催！

募集！

新春特別企画!!

家庭でできるフランス料理

来待ストーン内にある「レストラン Nature」（レストラン ナチュラル）のオーナーシェフから、家庭で作れるフランス料理を教えてくださいます。レパトリーを広げるチャンスですよ!!

日時：平成31年2月5日（火）
10：00～13：00

場所：宍道公民館 調理室

講師：坂本昭彦さん Nature オーナーシェフ
（レストラン ナチュラル）

参加費：1,000円

定員：10人（定員になり次第締め切ります）

持ってくる物：エプロン 三角巾 手ふき等



【お問合せ】 宍道公民館 66-0811

宍道健康センターより

お知らせ

～防ごうヒートショック～

ヒートショックとは、暖かい場所から寒い場所への移動などによる急激な温度の変化によって血圧が上下に大きく変動し、それをきっかけにして起こる健康被害のことです。冬場の入浴時や温かい部屋から出た時等に起こりやすく、脳出血・脳梗塞・心筋梗塞等につながる危険性があります。特に高齢者の方は要注意です。

東京都健康長寿医療センターによると、2011年には約1万7,000人がヒートショックに関連して入浴中に亡くなったと推計されており、交通事故死者数の約4倍にもなっています。

【安全な入浴のポイント】

- ① 食後1時間以内や飲酒後の入浴は控えましょう。
- ② 入浴前後にコップ1杯の水を飲みましょう。
- ③ 脱衣場や浴室はあらかじめ暖めておきましょう。
- ④ 手足からかけ湯をし、足から徐々に肩まで沈めていきましょう。
- ⑤ お湯の温度は41℃以下にし、長湯は避けましょう。
- ⑥ 高齢者や心臓病・高血圧などの病気がある人には、見守りや声かけをして事故を防ぎましょう。

～郵送による大腸がん検診を実施します～

今年度まだ松江市の大腸がん検診を受けていない方は、この機会にご利用ください。

※詳細は、市報松江1月号P17をご確認の上、受付場所へお出かけください。

【お問合せ先】 宍道健康センター 55-5811

宍道体協ニュース

報告！

◆大会結果

●第27回浜田～益田間しおかぜ駅伝競走大会が12月9日に開催されました。

順位：25位／38チーム中

記録：2時間30分 秒

【持田監督からのコメント】順位、タイムともに満足いくものではありませんでしたが、レース後の中高生の感想を聞くと、「楽しかった」「また出たい」「高校にいったら陸上しようかな～」と、今後に期待できるような言葉でした。

これは宍道中アスリートクラブとして吉岡先生のご指導の下、陸上部のない宍道中学校に駅伝の面白さ、楽しさ、厳しさを先輩から後輩へと伝えられた成果だと思えます。

しおかぜ駅伝への出場を続ける事でこの流れを持続していきたいと感じました。

ご協力、声援有難うございました。

【お問合せ】 宍道体協 66-0811