

11月の行事予定 パは青パトの日です。(10月23日現在)

日	曜日	行 事	サークル (施設利用)
1	水	おだんごクラブ打合せ、体協グラウンドゴルフ打合せ、 公民館長会観光専門委員会	パ
2	木	なごやか(北寺)	アスキ高等学院、フラダンス教室、生け花教室
3	金	文化の日	白潟レイク
4	土	地域歴史再発見	ハンドベル、ステップ21、ラージボール
5	日	体協グラウンドゴルフ交流会、なごやか(県営)	安来節保存会
6	月		アトリエY、ドリーム
7	火	公民館まつり反省会、なごやか(和多見)	太極拳サークル
8	水	なごやか(幸町)	パ
9	木	中央ブロック人権研修担当者会、市自治連視察研修	セラバンドサークル、フラダンス教室、しらかた、 銭太鼓かよう会
10	金	宍道湖夕日スポット巡回パトロール	さざなみ、白潟レイク、ブックトーク研究会
11	土	なごやか(県営)	ステップ21、ラージボール
12	日	防災グラウンドゴルフ大会、 みんなで学ぶ人権事業講演会 in 雑賀公民館	銭太鼓かよう会
13	月		アトリエY、ドリーム、ツボ・ケイラク教室
14	火	公民館長会	太極拳サークル、アスキ高等学院
15	水	おだんごクラブ、メンスクッキング、なごやか(県営)	パ 中央幼稚園PTA、安来節保存会
16	木		フラダンス教室
17	金	中央ブロック市民学習発表会リハーサル	さざなみ教室、白潟レイク
18	土	中央ブロック市民学習発表会	ステップ21、ラージボール
19	日	原子力防災訓練	
20	月	事務室閉室、運協会長・館長合同研修会	アトリエY、ドリーム
21	火		プチッとおしゃれな料理教室、太極拳サークル
22	水		パ
23	木	勤労感謝の日	しらかた
24	金	事務室閉室	パ さざなみ、アスキ高等学院、白潟レイク
25	土		ステップ21、ラージボール、安来節保存会
26	日		
27	月		アトリエY、ドリーム、生協中央支部
28	火		太極拳サークル
29	水	じゃがじゃがこうりゅう会収穫	パ
30	木	施設利用者説明会、保育所合同避難訓練	セラバンドサークル

※日時・内容等変更になる場合があります。ご了承ください。

一事務室閉室のお知らせ

11月20日(月) 終日
11月24日(金) 終日

上記の日程で事務室を閉めさせていただきます。

公民館をご利用の方は事前に鍵を取りにお越しください。

ご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願いたします。

秋季クリーンまつえ(御礼)

10月1日(日)の秋季「クリーンまつえ」には、多くの方にご協力いただき、ありがとうございました。

お陰様で、きれいな町になりました。今後とも、町の美化にご協力お願いいたします。

白潟地区市民憲章推進協議会

つながろう 地域の絆 輪になって ~白潟地区町内会連合会~

白潟公民館だより



松江市白潟公民館発行第364号
平成29年11月1日 発行
松江市灘町1-57
Tel: 22-7147 fax: 21-7572
E-mail: sirakatak@mable.ne.jp
ホームページ:「松江市白潟公民館」で
ご検索ください

どまんなか! あっぱれフェスタ 2017 ~中央ブロック市民学習発表会~



今年度は、11月18日(土)、松江市総合福祉センター(千鳥町)にて開催いたします。

白潟地区からの出演団体は、下記の4団体の皆様です。

- ♪しらかたハンドベルサークル
- ♪白潟レイク(レクリエーションダンス)
- ♪レイフラーワ-白潟(フラダンス)
- ♪かよう会(銭太鼓)

中央ブロック(城東・城北・城西・白潟・朝日・雑賀)の公民館で活動している皆さんの発表の他、軽食、飲み物等の販売、最後には、お楽しみ抽選会もあります。

ぜひご来場ください。

チラシ(*プログラム付き)を、公民館窓口にあります。ご自由にお取りください。

原子力防災訓練のお知らせ

下記により、島根県及び松江市の訓練が行われますので、各種広報にご注意ください。

○11月19日(日) 8:20~8:50頃

当日は、屋外スピーカー、屋内告知端末での訓練放送の配信、広報車での広報訓練等を予定しています。いづれも訓練です。

なお、8:00から白潟地区災害対策本部の設置・運営訓練、邑南町へのバスによる広域避難訓練が計画されています。一般の避難(集結)訓練はありません。

白潟地区町内会連合会
白潟地区自主防災隊連合会
白潟公民館

《世代間交流部主催》

おだんごクラブ

今月は、食育講座です。
試食も用意していますので、子どもの食事についてみんなで一緒に考えてみませんか。

日時：11月15日(水)
10:00~11:30
会場：白潟公民館 3階 学習室
会員の方には、詳細を連絡します。

おだんごクラブは、乳幼児の親子を対象とした楽しい乳幼児学級です。年度途中からの申込みも可能です。
詳しくは、白潟公民館までお問い合わせください。(電話22-7147)

世代間交流事業 餅つき大会

おもちつき

ボランティア募集!

12月2日(土)、毎年恒例の世代間交流餅つき大会を開催します。そこで、当日ボランティアとしてお手伝いをしていただける方を募集しています。お願いしたいことは、餅をつく、餅をついたり、こねたりする子どもたちの見守りや、蒸す、ゆでるなどの調理室での作業、準備、片付けです。特に、餅をついてくださる男性の方がいらっしゃると助かります。
“毎年餅つきしている方”“力自慢の方”“お手伝いしますよー。”という方は、まずは公民館までご連絡ください。
○日時:12月2日(土)10:00~12:00頃
○場所:白潟公民館駐車場、調理室

施設利用説明会 及び 保育所合同避難訓練のお知らせ

日頃、公民館を利用されている団体の皆様への「施設利用説明会」と、白潟保育所との「合同避難訓練」を下記の日程で開催します。“避難経路”、“避難方法”を知っていただくよい機会です。また、当日は消防署の方に来ていただき“消火訓練”も行います。普段消火器がどこにあるのか、どう使うのか、いざという時に落ち着いて避難ができるよう訓練に参加しましょう。
(※施設利用の方以外でも参加可能です。ご希望の方は公民館まで)

○日時:11月30日(木)15:00~
○場所:白潟公民館3階研修室、白潟保育所
○内容:①施設利用者説明会 15:00~15:30
②避難訓練・消火訓練 15:40~16:00頃
※サークル等の代表者様へは、別途ご案内いたします。

高齢者の交通事故防止運動 11月1日(水)~11月21日(火)

《運動重点》・夜光反射材着用の推進 ・道路横断時の安全確認の徹底と横断歩行者の保護
・早めのライト点灯とスピードダウンの徹底 ・高齢者への思いやり運転の励行
~ 広げよう 事故ゼロしるめの 思いやり ~

白潟地区交通安全対策協議会・白潟地区交通安全協会

《成人学習部主催》

メンズクッキング

毎回ワイワイ楽しく料理を作っています。
初めての方も大丈夫ですよ。
ぜひご参加ください。

- ◆日時:11月15日(水)18:30~
- ◆会場:白潟公民館3階 調理室
- ◆献立:＊秋鮭とチンゲン菜のシチュー
＊油淋鶏(ユーリンチー)
＊かぼちゃのサラダ
＊白ごはん
- ◆参加費:1,000円(材料・飲み物代込)
- ◆締切:11月8日(水)までに、白潟公民館へ出欠をお知らせください。
(電話22-7147)

第7回白潟地域歴史再発見茶習会のご案内

白潟公民館・白潟歴史まちあるき楽会・須田主殿研究会

- ◎演題 須田主殿と松江城研究—『松江市史』別編1「松江城」の編集をとおして—
- ◎講師 資料編纂課課長 稲田 信
- ◎日時 12月2日(土)13:30~15:00
- ◎場所 白潟公民館 3階研修室
- ◎申込み 12月1日(金)までに白潟公民館(22-7147)まで
- ◎参加費 500円

平成21年から始まった松江市史編纂事業では、全18巻のうち松江城に特化した1巻の発刊を計画いたしました。以来、松江城をテーマとした調査研究が、多くの研究者の協力の下、精力的に進められましたが、昭和25~30年の松江城解体修理時に須田主殿らが中心となり集められ、作成された資料群は、今日でも松江城研究の基本です。今回の講座では、調査研究の大切さや、『松江市史』の編集などを通して明らかになった須田主殿らの業績を紹介いたします。

皆様のご参加をお待ちしています。



がん検診のお知らせ

がん検診は症状のない健康な人を対象にしていることから、早期がんで発見されることが多く、その場合の身体的負担、経済的負担は一般的に少なくすみます。

また、がん検診では、がん以外の病気が見つかることもあり、必要に応じて治療を行うことで、ご自身の健康管理に役立てることができます。

《結核・肺がん検診》

検診日	受付時間	検診会場
12月8日(金)	13:00~ 13:30	白潟公民館

がん検診の詳細内容は、市報松江6月号とともに配布された『平成29年度版けんしんのお知らせ』11・12・25ページをご覧ください。
~白潟地区健康まつえ21推進隊~

白潟地区防災隊連合会主催 グラウンドゴルフ大会開催のお知らせ

白潟地区防災隊連合会の事業であります恒例のグラウンドゴルフ大会を下記にて開催いたします。お忙しい中とは思いますが、各ご町内からの多数の方のご参加をお待ち申し上げます。

なお、しらかた広場は工事が始まり使用できなくなりましたので、今年度は旧県立プール跡地広場で行ないます。

日時:11月12日(日)
9:00集合 ~ 12:00頃まで
場所:旧県立プール跡地広場
(松江市学園南1丁目459番)

※詳細および申込みのお問い合わせは、各町内の防災隊長へお願いします。



~全市版~ 健康まつえ検定 その8



4. 歯の健康 分野 (〇か×で答えください)

⑮	松江市の8020達成者(80歳で歯を20本持っている人)の割合は50%を超える。	○ ×
⑯	よく噛んで食べることで、歯や口の中がきれいになる。	○ ×

健康に関する知識を確認していただき、まずは自ら健康診断の受診や生活習慣改善への取り組みなど、知識を実践に移していただくきっかけに松江市の『健康まつえ検定』の一部を紹介しました。
白潟地区健康まつえ21推進隊より

松江市の8020達成者(80歳で歯を20本持っている人)の割合は50%を超える。		
⑮	×	口腔内の歯周病菌が最も多い時間帯は朝です。朝、起きた時の口の中には、およそ手のひら一面分の細菌がいると言われています。睡眠中に唾液の分泌が減り、細菌が増えやすくなるためです。就寝前の歯磨きはもちろん、朝起きたときも口をきれいにする習慣をつけたいですね。
⑯	○	よく噛んで食べることで、歯や口の中がきれいになる。 よく噛むことで唾液腺が刺激され、唾液の分泌がアップします。唾液には、歯や口の中をきれいにする成分が含まれています。また、よく噛むことは、脳の刺激になり認知症の予防にもつながるなど、様々な効果をもたらします。一口30回噛むことを心がけて食事してみてください。

公民館事業にご参加いただく皆様へ

公民館側で撮影した写真は、ホームページや広報誌等に使用させていただく場合がございます。ご了承ください。
また、個人で撮影された写真や動画のデータにつきましては、ほかの方が写りこみ、個人が特定できるものについては、その取扱いに十分にご注意いただき、SNS等のインターネットサイト、新聞や雑誌・情報誌等への投稿はご遠慮ください。