

令和4年6月号《第241号》

# リフレッシュ だより



発行：松江市八雲公民館  
〒690-2103  
松江市八雲町西岩坂355-1  
電話54-2478 FAX 54-1238  
メールアドレス：yakumok@mable.ne.jp

＜八雲町の人口と世帯数 ※（ ）内は前年同月比＞

- ・人口：6,665人 (-46)  
女性/3,438 (-11) 男性/3,227 (-35)
- ・世帯数：2,680 (+7) 世帯 (R4.4月末現在)

～公民館 スローガン「やさしさと元気をつくるまちづくり」～

## 視察研修のご案内

## 初夏の雲南を巡る旅

公民館文化部より視察研修のご案内です。

今年度は、昨年4月にリニューアルオープンした「永井隆記念館」で平和学習と、全国でも珍しい「スイッチバック体験」や「たたらと刀剣館」の見学など、盛りだくさんです！

みなさんお誘いあわせご参加ください。

- ◆開催日：令和4年6月24日（金）
- ◆集合時刻：午前8時50分
- ◆集合場所：八雲公民館駐車場
- ◆行き先：永井隆記念館 他
- ◆行程：八雲公民館（9:00 出発）→永井隆記念館にて平和学習（10:00～）  
→おろちの里（昼食）（11:30～）→スイッチバック体験（13:11～）  
→舞茸奥出雲（14:20～）→奥出雲たたらと刀剣館（15:10～）  
→八雲公民館（17:00 到着予定）

スイッチバックとは、JR 木次線の出雲坂根駅から三井野原駅間（標高差 170m、約 6500m 区間）の急こう配を、列車が前後に折り返して運転する方法で、登っていきます！



- ◆参加費：お一人 2,500円（当日集金します。）
- ◆募集人員：20名

※コロナウイルス感染拡大防止の為45人定員のバスですが制限をしております。ご理解ください。

- ◆申込み：6月6日（月）午前9時～10日（金）午後4時の期間に申込みください。  
※お申込みは2名までです。  
※定員を超えた場合は抽選とし、結果は13日（月）にお知らせします。  
※申込時に食物アレルギーの有無と6/24現在の年齢をお伺いします。

## 第2回八雲寿大学



“新聞の読み方のコツ”ご存じですか？新聞を楽しむ方法をわかりやすく教えていただきます。新聞を使った脳トレもお楽しみに！ぜひお気軽にご参加ください。

- ◇日時：6月28日（火）10:00～11:15
- ◇内容：「大人の新聞教室」

～ただ読むだけではもったいない！

コツを知って毎日脳トレ～」

- ◇講師：山陰中央新報社編集局読者室 藤原 秀晶さん
- ◇場所：八雲公民館 2階 星上山1
- ◇持ち物：ハサミ、スティックのり
- ◇申込み：6月24日（金）までに八雲公民館へ。





## 手作りパンづくり

八雲の美味しい野菜を使ったパンを手作りしてみませんか。  
ご参加お待ちしております！

- \*日時 7月15日(金)  
13:30~16:30
- \*場所 八雲公民館1階 調理室
- \*講師 長谷川 みつ江様
- \*受講料 500円(当日持参ください)  
※作ったパンはお持ち帰りいただきます。
- \*持ち物  
エプロン、三角巾、手拭きタオル
- \*募集定員 10名  
☆定員になり次第締め切ります。  
☆最終〆切…6/30(木)までに  
八雲公民館へ。  
☆マスク着用等の感染予防にご協力をお願いします。



## 健康づくりノルディックウォーキング

- ◆日にち: **6月23日(木)**
- ◆集合場所: 八雲公民館
- ◆集合時間: 午前**9時30分**  
(雨天時は八雲公民館内で体操等)



※初めて参加される方は、**6月21日(火)までに**八雲公民館へお申し込みください。  
※当日は検温し、マスク着用でご参加ください。  
※専用ポールをお持ちでない方も参加できます。  
ポール貸し出し希望の方は、200円必要になります。

主催: 八雲地区健康まつえ21推進隊  
共催: 八雲支所市民生活課  
八雲地区社会福祉協議会  
八雲公民館体育部



### 【八雲公民館からのお知らせ】

**6月9日(木)午後**から松江市公民館協議会総会のため、事務室を閉室します。夜間ご利用の方は、午前中までに、鍵を受け取りに来館ください。  
ご迷惑おかけしますが、よろしくお願いいたします。

八雲公民館青少年部より

## 図書室整理ボランティアスタッフ募集!



図書室の本の整理をします。古い本を整理して、使いやすい本棚にしたいと思います。  
本好きな方、お待ちしております!

- ・作業日 **6月14日(火) 10時~12時**
- ・募集人数 **3名程度**  
※**6月13日(月)までに申込み**  
**ください!**
- ・問合せ先: 八雲公民館



## 親子でそば打ち体験

- 日時 **6月18日(土)**  
10時~12時
- 場所 八雲ふるさと館
- 参加費 一人500円
- 募集 子ども・大人合わせて20人
- 持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、飲み物
- メニュー 割り子そば  
※作ったそばは、ゆでてみんなで食べます!
- 申込み 6月13日(月)までに八雲公民館へ。



## ボランティア喫茶からのお知らせ

新型コロナウイルス感染対策のため、**6月の喫茶は中止**します。





# 八雲支所からのお知らせ



## \*乳幼児健康相談\*

わいわいサロンは6月から再開します。松江市ホームページのわいわいサロンページ内【わいわいサロン予約フォーム】からアクセスしご予約ください。予約受付期間は、サロン当日の1週間前までです。(新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては予約を中止する場合があります。)

八雲地区は6月16日(木)10時~11時30分、どんぐり館で行います。予約フォームの利用が難しい方は、松江市子育て支援センター(電話 60-8155)までお問い合わせください。

松江市 HP  
わいわいサロンページ



## \*熱中症にご注意ください！\*

- 今年も、新しい生活様式の中で熱中症予防行動をとる季節となりました。
- 熱中症の危険性が極めて高くなると予想される日の前日夕方、または当日早朝には、『熱中症警戒アラート』が発表されます。
- テレビ等で早めに確認し、アラートが発表されている日には、外出を控える、エアコンを使用する等の、熱中症の予防行動をとりましょう。
- また、熱中症のリスクの高い方(高齢者や子ども、持病のある方など)には、身近な方からの予防のための声掛けを行いましょう。

問合せ先：八雲支所市民生活課 Tel.55-5766  
(保健師 坂根・内田)

## ♪ハワイアン・フラダンス募集♪

ハワイアンメロディーに合わせ踊ってみませんか！  
(一人で踊れて、気分爽快！  
頭の活性化につながりますよ!!)

○場所 八雲公民館 2階 星上山2

○日時 6月9日(木)、6月30日(木)  
午後1:30~2:30

※パウスカート・レイ等用意します。

○月謝 2,000円(年会費必要)

○インストラクター 嘉本 文子

○申込先 26-9282(ヨシモト)まで

体験・見学  
無料!



## ご寄付御礼

<香典返し・玉串料>(5月20日現在)

- ・故 今岡 千代子様 (サニーハイツ)
- ・ 小松 強志様 (藤原)

謹んで故人のご冥福をお祈りいたします。  
厚く御礼申し上げます。

八雲地区社会福祉協議会  
(八雲公民館内)

## 八雲地区コミュニティバス(愛称:ニコニコバス)利用状況表

利用者数 (対前年比)	年 月	別所・秋吉線	熊野線	平原線
		令和3年4月	255	530
	令和4年4月	203	451	132
	増 ▲減	▲52	▲79	31

【利用料金 大人200円 小人100円(全区間)】

※利用者数は大人だけの乗車人員です。  
八雲地区コミュニティバス利用促進協議会

## 公民館図書室よりお知らせ

移動図書館日程	八雲公民館	日吉ふれあい会館
6月3日(金)	14:10~14:50	15:00~15:30
6月17日(金)	14:10~14:50	15:50~16:20



図書の貸出と返却もできます。又借りたい本の予約も出来ます。



# 6月 生涯学習・サークル・行事予定表

	公 民 館	日吉ふれあい会館	アルバホール	公 民 館 事
1	水	ホコ・ア・ホコ、ちびっこ空手 どんぐり習字、エアロビ	四季彩会	交安協理事会
2	木	ソーイング教室 いきいきエアロビ、英語	ヨーガ、ダンスクラブ	てらこや八雲
3	金	空手	からだ元気塾、生命の貯蓄体操、民謡	体協評議員会
4	土		パソコン、そろばん おはなしもみの木	
5	日	大正琴八雲教室	ギターシンジレイク	
6	月	陶芸、英語、3B	休館日	休館日
7	火	陶芸、英語 八雲の交流をすすめる会		
8	水	ホコ・ア・ホコ、ちびっこ空手 どんぐり習字、エアロビ	四季彩会、パストラール	
9	木	いきいきエアロビ レイフラワー八雲、英語	ヨーガ、3B、生花、ダンスクラブ	てらこや八雲 事務室閉室（午後）
10	金	八雲書道、空手 建築組合	からだ元気塾、生命の貯蓄体操、民謡	
11	土	藍乃会	パソコン、銭太鼓、そろばん	給食サービス
12	日			
13	月	陶芸、英語	休館日	休館日
14	火	陶芸、英語、3B	八雲ライオンズクラブ、手話	
15	水	ホコ・ア・ホコ、どんぐり習字 ちびっこ空手、エアロビ	四季彩会	
16	木	絵手紙、英語	ヨーガ、ダンスクラブ	福祉推進員研修会、てら こや八雲、自治連理事会
17	金	空手	からだ元気塾、生命の貯蓄体操、民謡	
18	土		パソコン、あざみコーラス キャノンクラブ、おはなしさくらんぼ	のびのびやくもっ子 「そば打ち体験」
19	日	大正琴八雲教室	ギターシンジレイク	
20	月	陶芸、英語 八雲収穫祭実行委員会	休館日	休館日
21	火	陶芸、3B、地域安全推進員会 英語		
22	水	ホコ・ア・ホコ、どんぐり習字 ちびっこ空手、エアロビ	四季彩会、パストラール	
23	木	いきいきエアロビ、英語 松江市教育研究会	ヨーガ、3B、生花、ダンスクラブ	ノルディックウォーキ ング、てらこや八雲
24	金	八雲書道、空手	からだ元気塾、生命の貯蓄体操 俳句会、民謡	
25	土		パソコン、めだか論語、銭太鼓、そろばん	給食サービス
26	日		ギターシンジレイク	全館ワックスがけ
27	月	陶芸、英語	休館日	休館日
28	火	陶芸、英語、3B		八雲寿大学
29	水	エアロビ、民児協	四季彩会	
30	木	レイフラワー八雲、英語	ダンスクラブ	健康まつえ 21 推進隊 全体会、てらこや八雲



## ～公民館伝言板～

公民館事業で撮影した写真をリフレッシュ日より、ホームページに掲載させていただく場合があります。あらかじめご了承ください。



※5月20日現在の予定ですので期日等変更になる場合があります。  
 ※新型コロナウイルス感染症の状況で、事業等中止になる場合がございます。  
 ※サークル加入希望の方は、八雲公民館へお問い合わせください。  
 ※内容・時間等、詳しいことは各館へお問い合わせください。  
 ※現在、日時が決まっていないサークル等は、記入していません

八雲公民館 Tel54-2478 八雲アルバホール Tel54-2406  
 日吉ふれあい会館Tel54-2211 八雲地区社会福祉協議会 Tel54-2770