

令和5年8月号《第255号》



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

リフレッシュ だより

＜八雲町の人口と世帯数 ※（ ）内は前年同月比＞

- ・人口：6,647人 (-13)
女性/3,438 (-30) 男性/3,239 (+17)
- ・世帯数：2,691 (+14) 世帯 (R5.6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」～

第54回

八雲ふれあい文化祭

- ◇開催日 令和5年10月21日(土)～22日(日)
- ◇会場 八雲公民館・アルバホール・八雲学校給食センター
- ◇内容 作品展示・模擬店・即売会・フリーマーケット
ふるさとかるたとり大会・学習発表会

※個人作品展示をご希望の方は、**8月18日(金)までに**
八雲公民館へお申込みください!

(申込み用紙をご用意しております、必要事項をご記入ください。)

第3回やくも夏まつり

- ◆日時 8月14日(月)17時～21時
- ◆場所 八雲構造改善センター
- ◆内容 ♪ステージイベント ♪盆踊り
♪打ち上げ花火 など

※詳細は、全戸配布チラシをご覧ください。

8月15日(火)午前7時より
イベント後の美化活動を行います!



☆祝☆八雲体育協会男子バレー優勝!!

7月16日(日)、第53回市民体育祭「松江市バレーボール大会」に出場し、八雲男子チームが **Aグループ優勝** の成績を収めました!おめでとうございます!





男の料理教室

今年も「晩酌によし! 晩ご飯にもよし!」のお手軽レシピをワイワイ楽しく作ります。

男性の皆さん出番です! 初心者の方も大歓迎♪

ご参加おまちしております。

□日時: 9月1日(金) 17時~18時30分

□会場: 八雲公民館 1階 調理室

□参加費: 500円

- メニュー ☆チキン南蛮
- ☆焼き茄子の生姜あんかけ
- ☆モロヘイヤの梅昆布和え
- ☆ごまじゃが



※作った料理は容器に入れてお持ち帰りいただきます。

◆講師: みさか よりえ先生

◆定員: 12名(定員になり次第締め切ります)

健康づくりノルディックウォーキング



◆日にち: 8月24日(木)

◆集合場所: 八雲公民館

◆集合時間: 午前8時30分

(雨天時は八雲公民館内で体操等)

※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

いつもより
1時間早く
スタート!

スタッフ
対象事業

ウォーキングのあとは、
つめた〜い

“フルーツポンチ”で
クールダウンしましょう♪

【参加費: 一人100円】



第4回八雲寿大学



「スマートフォン」使いこなせていますか?

機能がいろいろあって電話をかけるくらい、という方も多いのでは。昨年も好評につき、今回も初級~中級向けに使い方を分かりやすく教えていただきます!

これから使ってみようかな、という方も参考になるお話が聞けますよ。

お気軽にご参加ください!

◇日時: 8月23日(水) 10:00~11:30

◇内容: 「大人のためのスマホ教室」

◇講師: シルバー人材センター(松江市の出前講座) ◇参加費: 100円

◇場所: 八雲公民館 2階 星上山1 ◇定員: 20名程度

◇申込み: 受講を希望される方は、8月18日(金)までに八雲公民館へ。



※共催: 八雲公民館文化部、松江市デジタル戦略課

8月のボランティア喫茶はお休みです



次回は9月12日(火)です。

ご来店お待ちしております!

八雲公民館からのお知らせ

8月14日(月)~16日(水)の期間は、
事務室・本の部屋を閉室します。ご迷惑をお
かけしますがよろしくお願いいたします。



ご寄付御礼

<香典返し・玉串料> (7月18日現在)

- ・山崎 アヤ子様 (下宮内)
- ・小松 照代様 (東日吉)
- ・川崎 節夫様 (日吉団地)
- ・石倉 哲也様 (秋奥)

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)

八雲支所からのお知らせ



わいわいサロン

(乳幼児健康相談)

市内各会場で、隔月であります。

令和5年5月から、予約は**不要**となりました。お好きな時間にお出かけください。

◆八雲どんぐり館では、8月17日(木)

10:00~11:30に行います。

◆母子健康手帳、バスタオル(計測で使用します)をご持参ください



松江市 HP
わいわいサロンページ



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



* 8月は食品衛生月間です! *

厚生労働省では、8月の一ヶ月間を「食品衛生月間」と定めています。

食中毒というと、飲食店などでの食事が原因と思われがちですが、家庭の食事でも発生しています。家庭での発生では症状が軽かったり、発症する人が少人数であることから風邪や寝冷えなどと思われがちですが、重症化することもあるため注意が必要です。この時期は、細菌(腸管出血性大腸菌やカンピロバクター、サルモネラ属菌など)が原因となる食中毒が多く発生する時期です。予防として、細菌を食べ物に「つけない(洗う)」、食べ物に付着した細菌を「増やさない(低温保存)」、食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける(加熱処理)」という三原則を守りましょう。また、おう吐や下痢などの症状が出た時は、早めにかかつけの病院へ受診しましょう。

**クールシェア in 八雲公民館(憩いの部屋&本の部屋) **



夏休みが始まりましたね! エアコンのきいた涼しい公民館で本を読んだり勉強しませんか? ぜひご利用ください♪ [時間: 9時~17時 ※土日祝、8月14~16日はお休みします]

絵本の読み聞かせ講座



- ▷日時: 8月28日(月) 10:00~11:00
- ▷講師: 島根県立大学 おはなしレストラン 尾崎 智子 司書
- ▷場所: 八雲公民館 2階 星上山2
- ▷定員: 30名 ※絵本の読み聞かせボランティアに興味がある方はぜひ!
- ▷申込: 090-6839-0671(地域学校コーディネーター 平垣)
- ▷主催: ボランティアグループ たんぽぽ

交通安全無事故・無違反推進月間

8月1日(火)~9月30日(土)

本格的な夏を迎え、レジャーや帰省等に伴う、交通量の増加や過労運転等によって重大事故の発生が懸念されます。

運転者はもちろんのこと高齢者や子どもをはじめ、誰もが交通ルールの遵守と正しい交通マナーの徹底に努めましょう。



【お知らせ】お盆期間中のコミュニティバスの運行について

地区名	路線名	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
		水	木	金(祝)	土	日	月	火	水	木	金
八雲	熊野線	○	○	土日祝 ダイヤ	土日祝 ダイヤ	土日祝 ダイヤ	土日祝 ダイヤ	土日祝 ダイヤ	○	○	○
	秋吉線	○	○	運休	運休	運休	運休	運休	○	○	○
	平原線	○	○	運休	運休	運休	運休	運休	○	○	○
	別所線	○	○	運休	運休	運休	運休	運休	○	○	○

8~9月の移動図書館は
お休みです。

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
10月6日(金)	14:10~14:50	15:00~15:30
10月20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。



8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 業 連 行 事
1	火	陶芸、松南介護センター、英語	民謡	
2	水	松江市幼稚園教育研究会 ちびっこ空手道	四季彩会	昔のあそびやってみよう！ てらこや八雲
3	木	まめの木のヨーガ、英語 レイフラワー八雲	ダンスクラブ	てらこや八雲 体協第2事業委員会
4	金	ソーイング教室、八雲書道、空手 囲碁クラブ	からだ元気塾、生命の貯蓄体操 大正琴向日葵	
5	土	八雲小学校3年生、みそ作り	パソコン、おはなしもみの木	給食サービス
6	日	みそ作り、八雲書道	シンジレイクギター、日吉ふるさと学習	
7	月	やくも児童クラブ、陶芸、英語 小西珠算教室	休館日	休館日
8	火	陶芸、松南介護センター、英語	八雲ライオンズクラブ、民謡、手話	
9	水	ちびっこ空手道、どんぐり習字 エアロビ	四季彩会、パストラール	てらこや八雲
10	木	英語、八雲スカイバンド 建築組合	臨時休館日	こども夏まつり&そう めん流し
11	金	八雲スカイバンド	臨時休館日	
12	土	八雲スカイバンド	臨時休館日	
13	日		臨時休館日	
14	月	八雲スカイバンド	休館日	休館日
15	火		臨時休館日	事務室閉室 やくも夏まつり
16	水	どんぐり習字、エアロビ	臨時休館日	事務室閉室 環境美化活動
17	木	まめの木のヨーガ、絵手紙、英語 いきいきエアロビ、レイフラワー八雲	ダンスクラブ	
18	金	八雲書道、空手、囲碁クラブ	からだ元気塾、生命の貯蓄体操 大正琴向日葵	てらこや八雲、のびのびや くもっ子おでかけ
19	土	PTA コーラス	パソコン、銭太鼓、あざみコーラス おはなしクローバー、キャノンクラブ	給食サービス ファミリーサークル
20	日	八雲書道	シンジレイクギター	
21	月	陶芸、英語、松南介護センター 小西珠算教室	休館日	休館日
22	火	陶芸、松南介護センター、英語	民謡、手話	
23	水	ちびっこ空手道 どんぐり習字、エアロビ	四季彩会、パストラール	てらこや八雲、寿大学
24	木	まめの木のヨーガ、英語 いきいきエアロビ	ダンスクラブ	てらこや八雲 ウォーキング
25	金	ボランティアグループたんぽぽ 保健生協八雲支部、空手	からだ元気塾、生命の貯蓄体操	
26	土	PTA コーラス	めだか論語塾、パソコン	
27	日		日吉うたごえサークル シンジレイクギター	
28	月	絵本の読み聞かせ講座 陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	休館日
29	火	集団健診結果報告会、陶芸 松南介護センター、英語	民謡	
30	水	八雲地区区民協、エアロビ	四季彩会	給食サービス
31	木	いきいきエアロビ、英語	ダンスクラブ	

～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。



※7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。
 ※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