

人口 3,968人 (前月比 ± 0)
世帯数 1,772 世帯 (前月比 + 5)
【6月末現在】
子どもは宝・ふるさと宝

八東公民館だより 8月号


令和元年 8月 第148号 発行:松江市八東公民館 [松江市八東町波入 2060 TEL 76-3663 FAX 76-3669]

◇新しい本が入りました

- 【一般】
- ・風魔と早雲/東郷隆
 - ・とめどなく囁く/桐野夏生
 - ・一度きりの人生だから/伊集院静 など
- 【子ども】
- ・ころべばいいのに/ヨシタケシンスケ
 - ・せみくんいよいよこんやです/工藤ノリコ
 - ・うみのごちそうしろくま/柴田ケイコ
 - ・世界の伝記 ウォルト・ディズニーなど

公民館の図書コーナーをご利用ください

公民館の図書コーナーを勉強や読書の場として開放していますのでご利用ください

利用日: 月曜～土曜 9時～17時
*日曜、祝日、公民館休館日は利用できません 
*食べ物の持ち込みはご遠慮ください
ただしふた付きの飲み物のみ持ち込み可

8月移動図書館車 だんだん号巡回日

《日 時》 ◇ 7日(水) 14:40～15:10
◇ 21日(水) 14:00～14:40
《場 所》 八東体育館駐車場

8月の行事予定 都合により変更になる場合があります。申請のあったサークル等のみ掲載します

日	曜	行事予定	公民館使用予定	日	曜	行事予定	公民館使用予定
1	木		スイートピー八東、川柳教室 3B 体操	16	金		からだ元気塾
2	金		からだ元気塾、珠算教室	17	土		中央書道
3	土		ヨガ教室	18	日		
4	日			19	月		フォークピオニ
5	月		フォークピオニ	20	火	八東っ子育成部社会見学	八東陶芸
6	火		お話の窓	21	水		まごころ会、ピラティス
7	水		まごころ会、ピラティス	22	木		スイートピー八東、詩吟 大正琴
8	木		スイートピー八東、詩吟 3B 体操	23	金		からだ元気塾、珠算教室
9	金		からだ元気塾、珠算教室	24	土		レイフラワー八東
10	土		中央書道、レイフラワー八東	25	日		
11	日	休館のため窓口業務、図書コーナーの利用はお休みします		26	月		新婦人の会 フォークピオニ
12	月			27	火	地域安全登校指導 にんじん学校	
13	火			28	水	自治連理事会	ピラティス
14	水			29	木		スイートピー八東、大正琴
15	木			30	金	福祉推進員研修	からだ元気塾、珠算教室
				31	土		ヨガ教室

八東支所から8月のお知らせ

◆健康診断等(結核・肺がん)

9月3日(火)	9:00～15:00	遅江→波入→入江→二子→寺津	各地区巡回します。 (詳しくは次号に掲載)
9月5日(木)	13:00～15:40	八東公民館→亀尻→馬渡→江島	

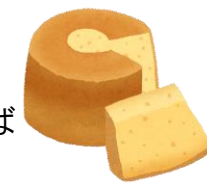
◆わいわいサロン・子育て教室

7日(水)	10:00～11:30	八東公民館
-------	-------------	-------

◆し尿収集

19日(月)	八東町全地区
--------	--------

【参加者募集】にんじん学校「ふわふわシフォンケーキ作り」



ふわふわ食感が魅力のシフォンケーキを作ります。基本の作り方をマスターすれば色々な味も作る事ができます。もちろんお楽しみのティータイムもあります。

《日 時》 8月27日(火) 13時～15時30分 《会 場》 八東公民館 調理室
《講 師》 渡部みはるさん 《内 容》 基本のシフォンケーキ作り
《定 員》 10名 《参加費》 500円(持ち帰りあり)
《申込締切》 8月20日(火)(定員になり次第締切ります)
*エプロン、三角巾を持ってきてください

【参加者募集】納涼(ナイター)グラウンドゴルフ大会

日中の暑さを忘れて夜の涼しい風をうけながら、グラウンドゴルフを楽しみませんか? いつもとは少し違う雰囲気でもホールインワンも出るかも? ご参加をお待ちしています。



《日 時》 8月21日(水) 午後6時30分 受付 *予備日 8月22日(木)
《会 場》 八東町江島野球場 《参加費》 1,000円
《対 象》 松東ブロックに在住の方
《申込み》 8月5日(月)までに八東公民館(76-3663)へ連絡ください

【ご案内】祝! 八東町 敬老のつどい

長年にわたり社会に貢献された皆様を敬愛し、ますますの健康と長寿を願い「八東町敬老のつどい」を開催します。送迎タクシーも運行しますので、ぜひお出かけください。



《日 時》 9月14日(土) 9:30～12:00
《会 場》 旧八東公民館ホール
《内 容》 記念式典
アトラクション やつか保育園 八東学園2年生 八東学園吹奏楽部
民謡同好会 よさこい踊り クイズ など

☆70歳以上の方には記念品をプレゼント! ☆詳細は8月末にチラシを配布します

【予告】健康講座 健康寿命を延ばすための食生活

健康で長生きするためには、バランスよく3食を食べることが大切です。正しい食事のとり方を知り、10年後も健康で過ごせる身体を作りましょう。

《日 時》 9月27日(金) 14時～15時30分 《会 場》 公民館2階会議室
《講 師》 管理栄養士 伊藤孝子さん
《内 容》 健康寿命を延ばすための食生活について など
*詳細は次号に掲載します



【報告】八東地域人権教育視察研修 安来市加納美術館

7月10日(水)八東地域人権教育視察研修で「安来市加納美術館」へ34名で出かけました。美術館では加納莞菴の実娘で名誉館長の加納佳世子さんから「加納莞菴と平和運動について」お話いただきました。平和の大切さを願い続けた彼の人生に、参加者は感銘を受け平和とは何かを考える時間となりました。



【報告】健康クッキングを開催しました

7月2日(火)に健康クッキングを開催しました。この日は、管理栄養士伊藤孝子さんの野菜が沢山摂れるレシピでおいしいランチができました。好評だった旬の野菜「ゴーヤ」を使ったレシピを紹介しますので、ご家庭で作っていただければいかがでしょうか。



ゴーヤのみょうが和え 4人分 作：アトリエ bene

- 《材料》
 ・ゴーヤ 150g ・キャベツ 100g ・みょうが 20g ・かつお節 小袋1袋 ・すりごま 大さじ1 ・醤油ポン酢大さじ1.5
- 《作り方》
- ① ゴーヤは種を取り、薄切りにする
 - ② キャベツは太めの千切りにする
 - ③ 鍋に湯を沸かして、①と②をサッとゆで、水をかけて冷まして絞る
 - ④ みょうがを千切りにする
 - ⑤ ボールに③と④を入れかつお節、すりごま、醤油ポン酢で和える



【報告】松江柔道クラブ所属 藤原美愛さん全国大会出場

「第16回全国小学生学年別柔道大会島根県予選」が6月2日に開催され、八東学園の児童が優秀な成績をおさめられました。優勝した藤原美愛さんは8月11日に愛媛県で開催される全国大会に島根県代表として出場されます。ご声援よろしくお願いいたします。

【優勝】藤原 美愛(八東学園5年生) 【3位】 玉木 結衣(八東学園5年生)階級は省略



【お知らせ】令和元年度 高砂婚お祝いについて

松江市社会福祉協議会では夫婦おそろいで結婚65周年を迎えられる方を、10月16日(水)に開催の「松江市高齢者福祉大会」においてお祝いたたく存じます。該当者の方はご連絡いただき、また、該当者を把握しておられる場合は情報提供をお願いします。なお、情報提供いただく際には、ご本人了解の上でご提供いただきますようお願いいたします。

○高砂祝い該当者：昭和29年1月1日から同年12月31日までに結婚された夫婦

○受付締切り：令和元年8月30日(金)

【連絡先・問い合わせ先】松江市社会福祉協議会 総務課 TEL 21-5773

ご寄付のお礼

下記の方々よりご寄付をいただきました。ご厚意に対し厚くお礼申し上げます。故人のご冥福をお祈りします。

(香典返し)

山本 淳 様 (入江)

安部 求 様 (二子)

公民館に寄せられた香典返し等の篤志寄付金は松江市社会福祉協議会に全額を納入し、その半額が地元に還元され福祉事業に活用させていただきます。

八東地区社会福祉協議会

清掃奉仕作業のお礼

7月1日(月)新生園のみなさんに旧公民館周辺の草取りや清掃活動をしていただきました。おかげさまでとてもきれいになりました。暑い中での作業本当にありがとうございました。

ごだしいねお寺カフェ

8月はお休みです。

次回は9月4日(水)13:00~です

子育て教室 わいわいサロン

今月は「離乳食・幼児食について」「口腔ケアについて」です。歯みがきをされているお子さんは歯ブラシとコップをお持ちください。

日時 8月7日(水)10:00~11:30

会場 八東公民館 多目的室

持ってくる物 母子手帳、飲み物

*身体測定、子育て相談もできます



休館のお知らせ

8月11日(日)~15日(木)は八東公民館を休館いたします。ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いいたします。この期間中は図書コーナーの利用もできません。

行政相談

相談日 8月19日(月)13時~15時

場所 八東公民館

*予約は不要です

三ヶ夕の掛算出来た子の笑顔
 目を閉じて笑顔で写る幼き日
 リラックスし過ぎじやないかうちの猫
 雨音は農婦の二度寝さそいます
 老木も枝張る場所をさがしてる
 時代劇夫が見てるつい見てる
 渡い人がおごった明日雨だろう
 絵手紙の返事は青いマスクカット

長谷川 博子
 内田 厚子
 安部 道子
 吉岡 恵子
 門脇 波留子
 松本 風子
 加藤 和代
 田中 堂太