

あいか公民館だより

令和8年9月号

2026 年9月 第 550 号

—発行—

〒690-0262

松江市岡本町 70

松江市秋鹿公民館

TEL88-2001 FAX88-3207

E-mail:aikak@mable.ne.jp

あいか秋まつり 開催のお知らせ

夏まつりと公民館まつりを合体して「あいか秋まつり」として、地域の一大イベントとして盛大に開催いたします。皆様のご来場をお待ちしております♪

◆作品展示(秋鹿公民館)

10 月 9 日(金) 9:00~16:00

10 日(土) 9:00~12:00

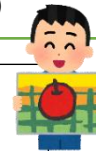
◆ステージイベント・模擬店・体験コーナー・産業祭(秋鹿小学校)

10 月 11 日(日)10:00~15:30



公民館では幼稚園・小学校・中学校、地域の皆さんの力のこもった作品展示(9,10日)、小学校ではおなじみの模擬店に特産品や加工品の販売、華やかなステージイベント、抽選会や餅まきなど楽しい企画が盛りだくさん!(11日) どちらもぜひご来場ください♪

(詳しくは 10 月全戸配布予定のチラシをご覧ください。)



☆作品募集☆ 公民館まつりにあなたの作品を展示してみませんか?

9 月 7 日(月) までにお申込みください。秋鹿公民館 電話 88-2001

湖北ファルコンズ

高野山旗第31回全国学童軟式野球大会出場!

湖北ファルコンズは地区大会および県予選の結果、7月下旬に和歌山県で開催された「高野山旗第31回全国学童軟式野球大会」に出場しました。大会では初戦で布引ハンターズ(滋賀県代表)と熱戦を繰り広げ、惜しくも8対9で敗れましたが、皆様からの温かいご支援とご声援のおかげで最後まであきらめずに粘り強く戦い続けることができました。

今後も感謝の気持ちを忘れずに頑張っていきますので、引き続きご声援をよろしくお願いいたします。

湖北ファルコンズでは現在団員を募集しています。ぜひお気軽に練習にお越しください!



■湖北ファルコンズ メンバー(敬称略)

(◎主将、○副将)

背番号	名前	小学校/学年	背番号	名前	小学校/学年
10	高木 悠◎	古江小/6年	11	高木 遥	古江小/5年
0	白石 悠人○	秋鹿小/6年	12	田中 愛海	秋鹿小/5年
1	藤本 風花	古江小/6年	13	田中 天翔	秋鹿小/4年
2	細井 大耀	古江小/5年	14	小山 朝陽	秋鹿小/3年
3	岩佐 銀次郎	古江小/5年	15	岩佐 新太	古江小/2年
4	白石 陸人	秋鹿小/3年	16	小村 泰雅	秋鹿小/2年
5	田中 大嗣	秋鹿小/6年	17	加藤 陸	秋鹿小/2年
6	細井 大晴○	古江小/6年			
7	木金 湊	古江小/3年	監督	川角 健太	
8	山野 瑛心	乃木小/6年	コーチ	岩佐 大輔	
9	足立 奏佑	古江小/4年	コーチ	細井 了太	

おしらせ

■絵手紙教室

日 時: 9月8日(火)14:00~16:00

場 所: 秋鹿公民館 集会室 参加費: 無料

テーマ: 秋の訪れ

申込み: 9月4日(金)までに秋鹿公民館

(TEL88-2001)まで

■健康麻雀

日 時: 9月18日(金)13:00~16:00



■移動図書館「へるん号」

日 時: 9月14日(月)15:30~16:00

28日(月)13:40~14:20

◇最大 10 冊まで借りられます。

松江市立図書館利用者カードをご持参ください。



秋の全国交通安全運動

「秋の夕暮れ ライトと反射材で守る命」

◆実施期間 9月21日(月)~9月30日(水)

(交通事故死ゼロを目指す日: 9月30日)

秋鹿地区一斉街頭 PR 活動

9月24日(木)7:00~7:30

場所: 秋鹿なぎさ公園



秋鹿地区交通安全協会・秋鹿地区交通安全対策協議会

寄せ植え教室

日 時：10 月 5 日（月）14:30～15:30

場 所：秋鹿公民館

講 師：and Green 様

（出雲市灘分町 旧玉木園芸）



内 容：多肉植物または季節のお花の寄せ植え

参加費：1,000 円(材料費)

申込み：9 月 25 日(金)までに秋鹿公民館

(88-2001)へお申し込みください。

作業しやすい服装でご参加ください。

松江市公民館職員採用試験について

令和9年4月採用予定の「松江市公民館職員」を募集します。生涯学習や地域づくりにご興味のある方は、是非お申し込みください。

【募集要項について】

松江市ホームページおよび松江市内の各公民館にて9月から公開いたします。令和9年4月1日時点で40歳未満の方が対象です。その他の受験資格、試験内容などの詳細は募集要項にてご確認ください。

《松江のオモシロ ヒト・コト・モノに出会えます！！》

皆様のご応募を、心よりお待ちしております。

【問合せ先】 松江市生涯学習課

（松江市公民館運営協議会連合会人事委員会事務局）

TEL：55-5289（直通）

日 時：9 月 12 日(土)10：00～

内 容：リトミック(講師：小林聡子様)
ランチ付き

持ち物：飲み物、動きやすい服装

申込み：9 月 4 日(金)までに秋鹿公民館
(TEL88-2001 まで)

ふらわあ喫茶

日 時 9 月 17 日 (木)10:00～11:30

場 所 秋鹿公民館 教養室

内 容 茶話会・カラオケ

参加費 100 円(茶菓代)



☺ ご来場をお待ちしています。

AI デマンドバスもご利用になってお越しく下さい。

そよかぜ弁当配食

日 時：9 月 11 日(金)12 時ごろ

弁当代：400 円

9 月 4 日(金)までに秋鹿公民館へ
お知らせください。(TEL88-2001)



スポ協ニュース

■行事予定

- ・秋鹿地区ソフトボール大会・ソフトバレーボール大会
9 月 27 日(日) 湖北中学校
- ・松江市民体育祭 地区対抗大運動会
10 月 4 日(日) 松江市宮陸上競技場

AI デマンドバス 「まっえのーと」利用実績(7 月)

年・月	R7.7 月	R8.7 月	前年同月増減
利用者数	510 人	431 人	-79 人

※利用者数は大野地区・秋鹿地区の合計人数です。

☆予約 TEL 61-1250（月～金 9:00～17:00）
「松江市公式 LINE」からの予約がおすすめです♪
（初回登録が必要です）

ご寄付のお礼

＜香典・玉串料ご寄付として＞

清水 洋一 様（下岡）

故人のご冥福をお祈り申し上げます。

秋鹿公民館 秋鹿地区社会福祉協議会

ごみ出しカレンダー(9 月)

9 月 September	日 Sun.	月 Mon.	火 Tue.	水 Wed.	木 Thu.	金 Fri.	土 Sat.
			1 プラ製容器	2	3 もやせる	4 紙製容器	5
	6	7 もやせる	8 プラ製容器	9	10 もやせる	11 古紙・古着	12
	13	14 もやせる	15 プラ製容器	16	17 もやせる	18 紙製容器	19
	20	21 もやせる	22 プラ製容器	23	24 もやせる	25 古紙・金属	26
	27	28 もやせる	29 プラ製容器	30			

令和8年度 熊本地震に係る 義援金箱の設置について

令和8年7月28日に発生した令和8年熊本地震の支援活動として、松江市では市内の公民館など35か所の公共施設に義援金箱を設置しています。皆様ぜひこの取り組みにご協力いただきますようお願い申し上げます。被災地の一日も早い復旧と、被災された皆様が平穏な日常を取り戻されることをお祈り申し上げます。

設置期間: 令和8年9月30日(水)まで

設置場所: 市役所本庁ロビー、市内公民館ほか
計35か所

がん検診のお知らせ

☆乳がん検診

予約開始日: 9月1日(火)9:00～

予約先: 島根県環境保健公社 TEL61-8077

日時: 10月30日(金)9:00～11:00

☆胃がん・子宮がん検診

日時: 9月29日(火)10:30～11:15

会場はいずれも秋鹿公民館です。

詳しくは「けんしんのお知らせ」をご覧ください。



9月は「るるくる」強化月間です! ～テーマは高血圧予防とけんしん受診～

9月を「るるくる」強化月間として、健康づくりの実践を応援します。心臓と血管を守る健康習慣として、**血圧を測る、脈を測る、けんしんを受ける**を健康づくりの第一歩として取り組んでみませんか?

*「るるくる」とは、「はかる」「つける」「きづく」「かわる」の4つのセルフチェックのステップで行う健康づくりです。



松江市 PR キャラクターおまっちゃん

(松江市健康推進課 TEL60-8154)

脈を測りましょう

脈の回数が多かったり少なかったり、不規則な時は、脳卒中や心不全の原因になる可能性があります。

ポイント!

- ①人差し指、中指、薬指をそろえて○の位置に置く
- ②15秒位脈拍を触れて、間隔が規則的か確認する
- ③大人の心拍数は1分間に60～100回程度が基準です



脈のイメージ図(例)

規則的な脈	トン	トン	トン	トン	トン	トン
不規則な脈	トン	トントントン	トン	トントントン	トン	トン

八月秋鹿俳句会

◆ 夕食はこれで決まりと冷奴 ひやつこ

清水 順子

◆ 月下美人の気高き香り部屋を這ふ げつかびじん

永戸 淳子

◆ 名水を楽しむ二人風涼し かぜすず

小林 永雄

◆ 目薬師の磴千段や蝉時雨 せみしぐれ

松崎 勝

◆ 夕風に応へてゆらり釣忍 つりしのぶ

井原 栄子

◆ 日焼の子また日焼して戻りけり ひやけ

渡部 美知子

※季語

冷奴(夏) 豆腐を冷やし、しょう油と薬味で食べる料理。

月下美人(夏) サボテン科の多年草。夏の夜、純白大輪の芳香ある花が咲き、

数時間でしぼむ。

風涼し(夏) 晩夏のころに吹く涼しい風。

またその涼しさ。

蝉時雨(夏) 多くの蝉が一斉に鳴くのを時雨

にたとえたもの。

釣忍(夏) 忍草の根茎を束ねて形を作り、

軒先などに吊るして涼味を

楽しむもの。

日焼(夏)

夏の強い日差しをあびて、肌が黒く焼けること

September 9月の行事及び館使用予定

日	曜	行事・館使用予定	16	水	からだ元気塾(10:00) 移動販売(10:50)
1	火	秋鹿小学校始業式 俳句教室(13:30) 陶芸教室(13:30) 健康フラダンス教室(14:00) ステップ 21(15:30)	17	木	グラウンドゴルフ秋鹿クラブ(9:30 花冠の里) ふらわぁ喫茶(10:00)
2	水	からだ元気塾(10:00) 移動販売(10:50) 地区社協正副会長会(18:30)	18	金	健康麻雀(13:00)
3	木	グラウンドゴルフ秋鹿クラブ(9:30 花冠の里) 寿会委員会(14:00)	19	土	湖北ウインドアンサンブル(9:00) 中組なごやか寄り合い(10:00)
4	金		20	日	湖北ウインドアンサンブル(9:00)
5	土		21	月	 敬老の日
6	日	湖北ウインドアンサンブル(9:00) ステップ 21(14:30)	22	火	 国民の休日
7	月	こども広場安全管理委員会(13:30) <u>秋鹿子ども広場</u>	23	水	 秋分の日
8	火	陶芸教室(13:30) 絵手紙教室(14:00)	24	木	秋の交通安全運動一斉街頭PR活動 (7:00 秋鹿なぎさ公園) グラウンドゴルフ秋鹿クラブ(9:30 花冠の里) レクリエーションダンス(14:00)
9	水	からだ元気塾(10:00) 移動販売(10:50) 絵画教室(14:00) 湖北中グループ子どもの健全育成 研修会(18:30 古江公民館)	25	金	
10	木	グラウンドゴルフ秋鹿クラブ(9:30 花冠の里) レクリエーションダンス(14:00) 秋まつり実行委員会(19:00)	26	土	囲碁教室(13:30) 書道教室(14:00) 子ども書道(17:00)
11	金	そよかぜ弁当(10:30) 出雲杜氏組合(13:00)	27	日	秋鹿地区ソフトボール大会・ ソフトバレー大会(湖北中学校) 布川なごやか寄り合い(9:00) ステップ 21(14:30)
12	土	親子のつどい(10:00) 囲碁教室(13:30) 書道教室(14:00) ごぼう座練習(13:30) 子ども書道(17:00)	28	月	移動図書館車(13:40～14:20) <u>秋鹿子ども広場</u>
13	日	高齢者すこやかふれあい大会(14:00)	29	火	胃がん・子宮がん検診(10:30)
14	月	移動図書館車(15:30～16:00) <u>秋鹿子ども広場</u>	30	水	からだ元気塾(10:00) 移動販売(10:50)
15	火	健康フラダンス教室(14:00) ステップ 21(15:30)			



* 公民館活動の様子は広報等で紹介させていただくことがあります。教室等は都合により変更になる場合もあります。