

朝日公民館だより

鉄道の開通とともに発展したまち「あさひ」

令和4年1月 NO.404

TEL:21-3432 / FAX:21-3717

mail asahi-ph@mable.ne.jp

ホームページ

『松江市朝日公民館』で検索

朝日公民館運営協議会会長

朝日公民館館長

職員

令和四年 元旦

出川 修治	田川 伊智子	入江 達也	松本 奈々	増田 淳美
-------	--------	-------	-------	-------

旧年中は公民館活動に格別のご理解ご協力を賜り誠にありがとうございました
 本年も皆さんが健康で安心して生き生きと暮らせる地域づくりを目指し事業を進めてまいりますので今後とも変わらぬご支援をいただきますようお願いいたします

あけまして
おめでとう
ございます



朝日地区健康まつえ21推進隊からのお知らせ

朝日地区健康まつえ21推進隊では、少しでも皆さんの健康づくりへのやる気になればと明治安田生命株式会社協力のもと2月1日～2月28日の1か月間、続けて「はかる(測る)」「つける(記録)」された方にちょっとしたプレゼント(先着30名)をすることになりました。血压・体温・歩数などなんでもかまいません。挑戦される方は平日9:00～17:00の間に朝日公民館へお越しいただき用紙(専用用紙)を受け取ってください。プレゼントはお渡し期間中に記録表を提示いただきましたらお渡しします。(プレゼントは一人1つとします。複数の測定を記録いただいたとしても一つとさせていただきますのでご承知おきください)

用紙配布期間 令和4年1月14日(金)までに朝日公民館に取りにお越しください
(先着30名)

「るるくる」挑戦期間 令和4年2月1日から令和4年2月28日
 プレゼントお渡し期間 令和4年3月1日から令和4年3月10日
 (プレゼント内容:焼きあごだし)

また、3月開催予定の「体力測定会」もありますのでぜひご参加ください。
 (近づきましたら詳細は公民館だよりでお知らせします)

主催:朝日地区健康まつえ21推進隊 協力:明治安田生命株式会社

「るるくる」とは・・・
 ステップ1:血压や体重などをはかる
 ステップ2:その結果をつける(記録)
 ステップ3:生活習慣の課題に気づく
 ステップ4:生活習慣がかわる
 という4つのステップの最後の文字をとっています。
 皆さんも「るるくる」で自分の健康づくりを始めてみませんか。

公民館年末大掃除のお礼

12月14日(火)に和室の障子の張り替え、12月23日(木)に公民館の大掃除を行いました。地域の方々、普段サークル活動で利用されている方々など大変多くの方々にご協力いただきました。おかげさまで館内の床や窓ガラス、水回りなどがとてもきれいになり、気持ちよく新年を迎えることができます。ご協力いただいた皆様ありがとうございました。



冬の子どもカフェ ~子どもたちがウェイター&ウェイトレスになっておもてなし~



日時 1月5日(水) 10:00～12:00
 (朝日音頭は10:30から、お菓子釣りの時間は会場でお知らせします)
 場所 朝日公民館 集会室

朝日音頭の披露も!!

メニュー
 コーヒー
 紅茶 抹茶
 (お菓子付き)
 200円



1月の「喫茶あさひ」では、小学生の子どもたちがウェイター&ウェイトレスになって皆さんをおもてなしします。朝日音頭の披露やお菓子釣りもあります。お誘い合わせてぜひお越しください。子どもたちと福祉推進員がお待ちしております。※お菓子釣りは1人1回です。



わんぱく教室「食育・歯科講座」

1月のわんぱく教室は食育・歯科講座です。乳幼児期の食事やおやつの取り方、歯のお手入れについて栄養士さんや歯科衛生士さんが教えてくれます。この機会にぜひ質問してくださいね!

日時 1月14日(金) 10:00～11:30 (集合9:45)
 場所 朝日公民館 和室
 参加費 無料
 持ち物 お茶など各自必要なもの
 申込み 1月12日(水)までに朝日公民館へお申込みください
 ※申し込みの際に、以下のことをあわせて教えてください。
 ・お子さんの月齢
 ・かかりつけの歯科があるか
 ・食事や歯のことでお困りのことがあるか



成人部 男の料理教室「そば打ち」

成人部を対象にそば打ち教室を開催します。打ちたてのそばの味は絶品だと思います。成人部の皆さんはぜひご参加ください。成人部への入部(男性のみ)も随時受け付けています。

日時 1月22日(土) 16:00～20:00頃
 場所 朝日公民館 調理室
 参加費 1,000円
 対象 成人部
 持参物 エプロン・マスク・三角巾・手拭きタオル
 申込み 1月12日(水)までに朝日公民館へ申し込みください



朝日音頭がマールテレビで放送されます!!

新春番組「マール紅白 YOGEI 大会」に朝日おどりを愛する会が出演し朝日音頭を踊りました。下記の日時で放送されますので、ぜひご覧ください。

日時 1月2日(日) 午前6時 初回放送(以降3時間おきにリピート放送)

朝日シニアクラブより新年会のお知らせ

フルート演奏、大正琴演奏、ビンゴゲームなど楽しい催し物と祝賀昼食会(祝い酒なし)で楽しいひと時を過ごしましょう。ご参加お待ちしております。

日時 1月26日(水) 11:00~14:00頃(受付10:30~)

場所 朝日公民館 集会室(イス席)

参加費 1,000円(当日キャンセルは参加費をいただきます)

申込み 1月6日~12日の間に朝日公民館まで連絡ください(ただし先着50名までです)

備考 食事の座席の移動はできません。飲酒及びカラオケはありません。

多文化共生イベント「日本の節分を体験しよう! 豆まき&恵方巻」

外国人と日本人の交流を目的に、節分体験会が下記の日程で開催されます。詳しい内容や申し込み先等は回覧チラシをご覧ください。

日時 2月5日(土) 10:00~12:00

場所 朝日公民館

司法書士無料法律相談会のお知らせ

島根県司法書士会の司法書士が、遺産相続や遺言、不動産の売買、名義変更、お金の貸し借り、ローンの返済、悪質商法、会社の登記、裁判、調停、成年後見等高齢者の財産管理など、さまざまな法律相談に応じます。相談会は事前に予約が必要となります。予約先は島根県司法書士会相談センター(TEL 60-9211) 受付時間は毎週月・火・木曜日の12~15時です。

日時 1月15日(土) 13:00~17:00 2月19日(土) 13:00~17:00

場所 朝日公民館 図書室

正月しめ飾り収集についてのお知らせ

正月しめ飾り収集かごが朝日公民館地下駐車場入口付近に設置されます。ご利用される方は必ず【もやせるごみ指定袋】に入れて1月7日(金) 午前8時30分までに出してください。

朝日グラウンドゴルフ

グラウンドゴルフは、骨・関節・筋肉などを支えたり動かしたりする運動機能の低下予防や、転倒予防に効果があるといわれています。楽しく体を動かして心の健康も維持しつつ健康寿命を伸ばしましょう。

開催日 原則毎週 水曜日・金曜日
行事予定表で確認ください

時間 9:30 ~ 11:00

場所 三中第二グラウンド

参加費 無料



朝日麻雀 だぼら会

(健康マージャン)

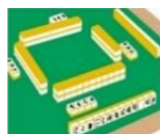
初心者大歓迎!! 頭と指先を使い、楽しく会話をしながらの健康麻雀は老化防止等に効果があります。申し込みは不要ですので、皆さんお気軽にご参加ください。

日時 1月6日(木) 20日(木)

13:30 ~ 16:30

場所 朝日公民館

参加費 100円



1月の行事予定(12/21 現在)

日	曜	行事等	日	曜	行事等
1	土	元日	16	日	
2	日		17	月	女声コーラス
3	月	休館日	18	火	青パト
4	火	休館日	19	水	グラウンドゴルフ
5	水	喫茶あさひ	20	木	運協連研修会 健康麻雀
6	木	てらこや 健康麻雀 かるた練習会	21	金	青パト 婦人会 グラウンドゴルフ
7	金	てらこや	22	土	あさひ日本語ひろば 男の料理教室 市民憲章かるた中央大会
8	土		23	日	
9	日		24	月	女声コーラス
10	月	成人の日	25	火	青パト
11	火	青パト	26	水	シニアクラブ
12	水	グラウンドゴルフ	27	木	
13	木		28	金	青パト グラウンドゴルフ
14	金	運協 わんぱく教室 青パト 婦人会 グラウンドゴルフ	29	土	あさひ日本語ひろば
15	土	あさひ日本語ひろば	30	日	
			31	月	女声コーラス

香典返し御礼

(故) 乃木孝子様

故人のご冥福を心からお祈り申し上げます
ありがとうございました

* 事務室閉鎖のお知らせ *

12月28日(火) 午後~1月4日(火)、
1月20日(木) 午後は事務室を閉鎖いたします。公民館を利用される方は、あらかじめ鍵を取りに来ていただきますようお願いいたします。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

朝日公民館からのお願い

公民館での活動写真を広報誌やホームページ等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。また、参加者が撮影された写真や動画に関しましては、個人が特定されるもの、他の方が写りこんだもの等の取扱いには十分注意いただきますようお願いいたします。