

6月の行事予定 (5/23 現在)

日	曜	行事等	日	曜	行事等
1	木	親子読書 特設人権相談所	16	金	高齢者大学 青パト グラウンドゴルフ 小原流
2	金	青パト グラウンドゴルフ	17	土	日本語ひろば
3	土	日本語ひろば	18	日	トルコ・シリア大地震チャリティーコンサート (会場:母衣小学校) クリーンまつえ
4	日	女声コーラス	19	月	
5	月	子どもグラウンドゴルフ大会	20	火	天神川沿いを綺麗にしようの会 青パト わいわいサロン
6	火	青パト	21	水	グラウンドゴルフ
7	水	グラウンドゴルフ	22	木	健康ウォーキング 健康麻雀
8	木	朝日まつり実行委員会 健康麻雀	23	金	福祉推進員会 青パト グラウンドゴルフ
9	金	中央幼稚園との交流花植え グラウンドゴルフ 青パト	24	土	倉庫整理・防災倉庫点検 日本語ひろば
10	土	松江城・街美化ウォーク 日本語ひろば	25	日	地区ソフトバレーボール大会
11	日		26	月	女声コーラス
12	月	女声コーラス	27	火	地域安全推進員会・安心ネット推進協議会総会 青パト
13	火	花壇整備 青パト	28	水	グラウンドゴルフ
14	水	喫茶あさひ グラウンドゴルフ	29	木	わんぱく教室
15	木	女性学級 振り込め詐欺防止キャンペーン	30	金	ミニ救命法 青パト 民児協 民児協・福祉推進員・なごやか寄り合いお世話人顔合わせ会

フードバンクしまね「あったか元気便」
にご協力ください

フードバンクしまね「あったか元気便」は、就学援助世帯（生活保護世帯・準要保護世帯）が地域の中での孤立を防ぐことを目的に、学校の長期休み期間中（夏休み・冬休み・春休み）に、食糧支援と福祉情報を届ける取り組みをされています。朝日公民館でもフードドライブ（食料集め）に取り組んでいます。趣旨をご理解いただき皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

期 間 6月30日（金）
[平日の9:00～17:00] まで
受 付 朝日公民館 窓口
対象品 以下の食品のみで賞味期限は 2023 年
9月以降のものをお願いします
[お菓子・レトルト食品・乾麺・
パスタ・缶詰・インスタント食品]



香典返し御礼

圓山 修 様（伊勢宮町）

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

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、SNS等インターネットやその他への掲載についてはご配慮いただきますようお願いいたします。

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5年6月 NO.421
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

高齢者大学 6・7月のご案内

ー6月 く にびき学園公開講座・オンライン受講ー
テレビ、ラジオでおなじみのフリーアナウンサー、おがっちことおがたえつこ小片悦子さんの話をオンラインでお聞きます。多数のご参加お待ちしております。

日 時 6月16日（金）10:00～12:00頃（講義は10:15からとなります）
場 所 朝日公民館 集会室
講義内容 「ハッピー脳トレ 音読のすすめ ～声を出して免疫力アップ～」
申込み 6月13日（火）までに朝日公民館へお申し込みください ※参加費無料

ー7月 みんなで歌おうー
音楽を聴いたり、ギター、ピアノの演奏に合わせてみんなで歌いましょう。

日 時 7月4日（火）14:00～15:30
場 所 朝日公民館 集会室
演 奏 小村 和也 氏
申込み 6月30日（金）までに朝日公民館へお申し込みください ※参加費無料



わんぱく教室 6・7月のご案内

【6月のわんぱく教室ーベビーヨガー】

6月のわんぱく教室はベビーヨガを親子で楽しめます。皆さんのお越しをお待ちしています。

日 時 6月29日（木）10:00～11:30（9:45集合）
場 所 朝日公民館 集会室
講 師 日本マタニティフィットネス協会認定ベビーヨガインストラクター・看護師 嶋本留美さん
対 象 乳幼児とその保護者
持ち物 バスタオル、お茶など各自必要なもの
申込み 6月21日（水）までに朝日公民館へお申し込みください



【7月のわんぱく教室ー松江認定子ども園 七夕会に行こう！ー】

7月は松江認定子ども園の七夕会に参加します。皆さんのお越しをお待ちしています。

日 時 7月7日（金）9:30 現地集合
場 所 松江認定子ども園（東朝日町232）*お車で越しの方は天神川沿いの保護者駐車場が利用できます
対 象 乳幼児とその保護者
持ち物 お茶など各自必要なもの
申込み 6月29日（木）までに朝日公民館へお申し込みください



天神川沿いを綺麗にしようの会

天神川沿いの草刈りや木の伐採を行います。

日 時 6月20日（火）10:00～（1時間程度） ※雨などの場合は中止します
集 合 朝日公民館 場 所 三中校庭フェンス側
持ち物 各自のお茶など飲み物、軍手、草刈り鎌、草刈り機をお持ちの方はご持参ください
申込み 気軽に参加していただくため、申込不要・自由参加です

女性学級 移動教室

今年度の移動教室はさくらんぼ狩りへ出かけます。自然の中で季節を楽しみましょう。
女性学級の皆さんの参加をお待ちしています。

日時 6月15日(木) 8:45 朝日公民館集合・出発 17:00 頃到着予定
行先 石見雲海農園(さくらんぼ狩り※食べ放題30分)、石見ワイナリー 他
対象 女性学級の皆さん
参加費 3,200円(昼食代・さくらんぼ狩り料)※当日集金します
定員 20名(定員になり次第締め切ります)
申込み 6月7日(水)までに朝日公民館へお知らせください。



日時 6月14日(水) 10:00~11:30
場所 朝日公民館 和室

6月は保健師による“骨密度測定”、明治安田生命による“防災のお話”と“血管年齢測定”があります。この機会に防災について考え、いざという時に備えましょう。また測定し自分の今の状態を確認しませんか。

ぜひお誘いあわせてお越しください。
福祉推進員がお待ちしております。
*骨密度は裸足で測定します

来月の開催は7月12日(水)です。



メニュー
コーヒー
紅茶 抹茶
(お菓子付き)
200円

朝日てらこや ボランティア募集

朝日公民館では、夏休みや冬休みに子どもたちが自主勉強に取り組む場所や子どもの居場所づくりの一環として、ちょっとした体験ができる場を提供しています。そこで「朝日てらこや」に参加する小学生の学習支援等を行うボランティアスタッフを募集しています。

ご協力いただける方は、6月30日(金)までに朝日公民館へご連絡ください。

一日程—

7月27日(木)、8月3日(木)
8月10日(木)、8月17日(木)
8月24日(木)、令和6年1月5日(金)
※いずれも10:00~11:30(集合9:30)

☆後日当番日をお知らせします。

健康まつえ21推進隊主催事業

【健康ウォーキング&「るるくる」事業のお知らせ】

6月の「健康ウォーキング」は矢田渡船とミニウォーキングを楽しみます。松江だんだん大橋の下にある狐森島のキャンプ場にも上陸し散策&焚火ミニミニ体験。また、今年度「るるくる」事業の一環として年3回の健康ウォーキングにすべて参加された方にはちょっとしたプレゼントもあります。みんなで楽しく歩いて健康づくりをしましょう。ご参加お待ちしております。

日時 6月22日(木) 9:45 集合

*少雨決行

集合 朝日公民館
服装等 動きやすい格好、飲み物等
定員 25名(定員になり次第締め切ります)
参加費 1,500円(矢田渡船及び体験料)
申込み 6月14日(水)までに朝日公民館へお申し込みください



【いざという時に慌てない!ミニ救命法】

AEDの使い方などをはじめ救命法などいざというとき落ち着いて動けるよう学んでみませんか。誰でも参加できますのでお問い合わせしてお越しください。

日時 6月30日(金) 10:30~11:10

場所 朝日公民館 集会室
内容 心肺蘇生法など
講師 日本赤十字社島根県支部
定員 なし
服装等 動きやすい格好

申込み 6月14日(水)までに朝日公民館へお申し込みください

トルコ・シリア大地震チャリティ「心をつなぐ」コンサートの開催

2月6日にトルコ南部を震源とする大地震が発生し、多くの方が犠牲となりました。トルコ・シリアは遠く離れた国ですが、音楽や文化にふれ、この度の災害支援のためのチャリティーコンサートを企画しています。ぜひご参加ください。お待ちしております。

日時 6月18日(日) 開場 13:30
場所 松江市立母衣小学校 地域交流スペース(松江市北田町273)

内容 13:30~ウェルカムステージ 松江東高校弦楽部
14:00~開演(約1時間) 演奏 Dakemi 3 (ダケミサン)
バーラマ 阪本理恵子 バイオリン チェロ 藤原 才知 ピアノ 編曲 作野美千枝

申込み 朝日公民館(☎21-3432)または
城東公民館(☎27-5680)までお電話ください。
二次元コードからもお申し込みできます →



※ 会場に募金箱を設置しますのでご協力をお願いします。
お預かりした募金は全額トルコ大使館を通じて現地へ届けます。

わいわいサロン

(乳幼児健康相談)

日時 6月20日(火)
10:00~11:30

場所 朝日公民館 和室

持ち物 母子健康手帳 バスタオル

内容 保健師による子育て・健康相談
お子さんの身体測定

※予約は不要です。
お気軽にお越しください。

わたしたちにもできる「おもてなし」 松江城・街美化ウォーク

松江城を目指し、清掃ウォークが行われます。皆様お誘いあわせのうえご参加ください。
※少雨決行・荒天中止

日時 6月10日(土) 7:20 ~ 9:00

【JR松江駅ルート】
集合 7:20 JR松江駅観光案内所前(出発7:30)

申込み 6月2日(金)までに朝日公民館へお申し込みください。(氏名・住所・連絡先電話番号をお知らせください)

その他 ボランティア行事用保険に加入します。当日の天候に合わせた洋服でご参加ください。

主催：松江市ボランティア連絡協議会



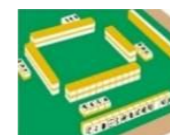
朝日麻雀 だぼら会

(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 6月8日(木)、22日(木)
13:00 ~ 16:30

場所 朝日公民館
参加費 100円



朝日グラウンドゴルフ

グラウンドゴルフは、骨・関節・筋肉など体を支えたり動かし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

