



# ネットワーク生馬 8月号



発行日 令和6年7月(第305号)  
 発行 松江市生馬公民館  
 〒690-0865 松江市西生馬町8番地  
 (電話)0852-36-8234・(Fax)0852-36-6121  
 (光でんわ:ケーブルプラス)0852-78-2617  
 E-mail: ikumak@mable.ne.jp  
 人口3,367人 世帯数1,571世帯(6月末現在)  
 ホームページ 松江市公民館 で検索



ひまわり(向日葵)はキク科ヒマワリ属の一年草で、7月~9月が開花期の花ですが、サフラワーオイルや食用の種、バイオ燃料等としても活用される植物です。厳しい暑さがまだ続きます。暑さを吹き飛ばす「ひまわり」のように元気にお過ごしください。



公民館行事予定(7月21日現在)

8/1~9/30	「交通安全無事故・無違反推進月間」実施期間
6日(火)	夏休み子ども教室「わくわくEスクール」9:30~[公民館]
〃	寿会第1回研修会 13:30~ 委員会 14:40~ [公民館]
9日(金)	一畑バスダイヤ見直しの説明会 19:00~ [公民館]
8/13~8/15	事務室「休館」
20日(火)	夏休み子ども教室「公民館DEカレーを作ろう♪」9:30~ [公民館]
〃	土地利用制度についての地元意見交換会 18:30~ [公民館]
23日(金)	いくまカフェ 10:00~ [公民館]
25日(日)	配布物受取日 
29日(木)	生馬小2学期始業式 
〃	公民館文化教室「睡眠」と「健康」の知恵袋講座
9/2・9/9・9/30	子ども広場

## 公民館からお知らせ

### 事務室「休館」のお知らせ

8月13日(火)~8月15日(木)まで

事務室を休館いたします。なお、貸館につきましては通常通り行います。  
 公民館を借りられる方は、事前に鍵を取りに来てください。

公民館行事や活動写真などたくさんホームページに掲載しています。

松江市生馬公民館  で検索してください!

公民館事業での写真を広報誌やホームページ等で掲載させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。なお、不都合の方は事前に申し出てください。皆様のご理解、ご協力を宜しくお願いします!

## サークル・グループ活動

フォークダンス	毎週金曜	川柳教室	第2土曜
大正琴教室	第1・3土曜	大人の塗り絵サークル	第3金曜
レイフワールアナ生馬	第1・3金曜	詩吟教室	第2・4日曜
ジャストスマイル(ダンス)	毎週水曜	英会話教室	毎週水曜
太極拳	毎週金曜	ふわもこさあくる	第2土曜
3B体操	毎週木曜	編み物教室	第2・4火曜
空手教室	毎週木曜	のびのびストレッチヨガ教室	毎週水曜
手芸の仲間	第4木曜		



## 生馬地区交通安全対策協議会からお知らせ

### ◇交対協から「夏の交通事故防止運動実施」の報告

7月8日(月)に「夏の交通事故防止運動」に伴い、街頭活動とのぼり旗を掲出し、交通安全街頭活動を実施しました。



### 「交通安全無事故・無違反」推進月間

【運動期間】令和6年8月1日(木)~9月30日(月)まで  
 ~①つかりと②もるルールで③がう安全~



#### 年間の運動重点

- 1 高齢者の交通事故防止(最重要)
- 2 子どもの交通事故防止
- 3 飲酒運転の根絶
- 4 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 5 自転車の安全利用の推進(特に、「自転車安全利用五則」の遵守)  
 ※「子ども」とは、中学生以下をいう。「高齢者」とは、65歳以上をいう



#### 横断歩道では

横断歩道での運転者は、歩行者や自転車が渡ろうとしているときは、車は必ず止まって、横断を妨げないようにしましょう!! 歩行者も横断するときは、手を上げるなどして運転者に意志を伝えるようにしましょう。

## 公民館・各団体事業のお知らせ

### ◇いくまカフェ

今回は「ジャストスマイル」さんのダンスを楽しみましょう♪

日時 8月23日(金) 10:00~11:30

場所 生馬公民館 集会室

会費 200円(お菓子つき) ※幼児は無料です



## 公民館文化教室「睡眠」と「健康」の知恵袋講座

「眠りたくてもなかなか眠れない」「年齢とともに眠りが浅くなった」など睡眠の悩みはありませんか? 眠りと健康の意外な関係を2回シリーズで開催します♪ 1回のみ参加も可能です! みなさまのご参加お待ちしております!

◇1回目 8月29日(木) 14:00~15:30

◇内容 睡眠について正しい知識を『知る』、良い睡眠をとるための方法を『実践する』、自分にとってよい睡眠を『実践する』の3つのステップによる良い睡眠をとるためのポイントを紹介

◇場所 生馬公民館 ◇講師 明治安田生命

◇受講料 無料(20名程度) ◇持参物 筆記用具など各自必要な物

◇申込 8月21日(水)までに生馬公民館へご連絡ください。

※2回目は9月12日(木)14:00~15:30を予定しています。寝具選びのポイント・温度湿度の睡眠環境・お悩み別解決法など…詳細は9月号をご覧ください。



### ◇こうまっこ教室

日時 9月19日(木) 10:00~11:00

場所 生馬公民館 集会室

内容 交流ミニ運動会

持ち物 タオル、飲み物

法吉公民館乳幼児学級のお友達と交流します(^^) /



## 社会福祉協議会からご案内

◇8月「いきいきウォーキング」「体操教室」は **お休みなします。**

## 令和6年度 高砂祝いについて

夫婦おそろいで結婚65周年を迎えられる方々を、11月22日(金)に開催の「松江市社会福祉大会」においてお祝いいたしたく存じます。

該当者の方、該当者を把握しておられる方は松江市社会福祉協議会までご連絡ください。なお、情報提供いただく際は、高砂祝い以外にその情報を使用することはない旨をご説明いただき、ご本人の了解の上ご提供いただきますようよろしくお願いいたします。

○高砂祝い該当者: 昭和34年1月1日~同年12月31日までに結婚された夫婦

○受付締め切り: 令和6年9月13日(金)

○問い合わせ先: 松江市社会福祉協議会 総務課 (Tel21-5773)

## 香典返し お詫びと訂正

### お詫びと訂正

先月発行いたしましたネットワーク生馬7月号にて誤りがありました。

訂正してお詫び申し上げます。

誤 石田 正伸 様 (浜佐田灘2区)

正 石川 正伸 様 (浜佐田灘2区)

## 寿会からご案内

### ◇第1回研修会&委員会のご案内

脳を元気にするヒントや、認知症の介護の仕方についてなど、日常生活でできることをわかりやすくお話をさせていただきます。

※研修会終了後、委員会を開催します。

日時 8月6日(火) 研修会 13:30~14:30

委員会 14:40~

場所 生馬公民館 集会室

研修内容 【演題】「物忘れ・認知症セミナー」  
【講師】東部島根医療福祉センター  
言語聴覚士 山崎 佳史 様



### ◇寿会女性部 8月おたのしみ会・銭太鼓は「お休み」です 次回のご案内をネットワーク生馬9月号でお知らせします

### ◇寿会事業

9月10日(火) 女性部銭太鼓  
9月13日(金) 女性部おたのしみ会  
9月19日(木) 地域探訪  
9月24日(火) 秋季スポーツ大会



### ◇寿会「地域探訪」のご案内

寿会会員のみなさま、ぜひお出かけください。8月6日に開催の委員会時に委員長さんを通じてチラシをお配りしますので、各単位クラブ委員長さんへ申し込んでください。

日時 9月19日(木) 9:00~15:30

行き先 宍道湖グリーンパーク、宍道湖自然館ゴビウス、  
斐川町華満本店(昼食)、出雲大社

定員 40名

準備物 年齢確認ができるもの(保険証など)

申込み 8月16日(金)までに各単位クラブ委員長さんへ



### 土地利用制度についての地元意見交換会について

現在、松江市では、線引きを用いない新たな土地利用制度について検討しております。検討にあたり、住民の皆様と下記の通り意見交換会を行いますので、ご参加ください。

日時 8月20日(火) 18:30~(1時間程度)

場所 生馬公民館 集会室

連絡先 松江市 都市政策課 55-5373

6月の配布物で「土地利用制度についての地元意見交換会」の回覧チラシをお配りしておりますが、開催日に誤りがありましたので、訂正チラシを7月の配布物でお配りしております。ご了承ください。

(誤) 8月7日(水) ⇒ (正) 8月20日(火)

### 一畑バス(恵曇線)ダイヤ見直しの説明会が開催されます

一畑バスでは、10月1日を目途に、次のとおり恵曇線の運行ダイヤ見直しを検討しています。

《平日》 27.5往復→24.5往復 ▲3往復  
※昼間時間帯の運行間隔を30分→40分に

《土日祝》 15往復→13往復 ▲2往復  
※昼間時間帯の運行間隔を30分→1時間に  
※最終便を繰上げ

この運行ダイヤ見直しについて、沿線の皆様のご意見を伺うため、次のとおり説明会が開催されます。事前申込は不要で、どなたでもご参加いただけます。

《日時》 8月9日(金) 19時から

《場所》 生馬公民館 集会室

【問い合わせ先】一畑バス株式会社 0852-20-5200  
松江市交通政策課 0852-55-5661

### ◇英会話教室からお知らせ

県国際交流員 三浦カロリナ百恵さんの「出前講座」を開催します。出身地「ブラジル サンパウロ」についてお話を聞き、ポルトガル語を学び交流しましょう。参加は無料です。

日時 8月7日(水) 10:00~11:30

場所 生馬公民館 図書室

お問合せ 英会話教室講師 岡崎 (090-7122-2589) まで

## 事業報告



6/21(金) リサイクル協力員研修会



6/26(水) スポーツ体験交流研修会



6/28(金) いくまカフェ



7/1(月) まるごと元気研修会



7/17(水) リサイクル協力員視察研修



7/18(木) こうまっこ教室



7/23(火) 夏休みこども教室「高専出張講座」



7/23(火) 人権研修会

### 7/7(日) 島根県消防操法大会 42年ぶり出場！！



練習を重ねられ、橋北を代表して県大会に出場されました。暑い中頑張ってくださいました選手・応援の皆様お疲れ様でした



### 市民体育祭 第54回松江市バレーボール大会 Bグループ(男子の部・女子の部) 第3位



男女とも第3位と大健闘されました。選手のみなさん、応援のみなさん暑い中お疲れ様でした。

### ◇体協事業

地区バレーボール大会 9月22日(日)

地区対抗大運動会 10月6日(日)

地区モルック大会・ペタンク大会 10月20日(日)

