

7月 城北公民館 だより

№473 発行 令和5年7月1日


松江市城北公民館

〒690-0888 松江市北堀町43
TEL 26-4437 FAX 21-4407

城北地区の世帯・人口

	5月末	前月比
世帯数	3,359	-2
総人口	7,015	+4
男性	3,352	+5
女性	3,663	-1

公民館事業で撮影した写真は、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、個人で撮影された写真や動画につきましては、お取り扱いに十分ご注意ください。ご理解ご協力をお願いいたします。



宍道正年氏による歴史巡り最終章 「お城の北 歴史散歩」【第3回】



夏休み特別企画 まち縁足
クイズで攻めよう
国宝松江城
講師 宍道 正年 氏

7月22日(土) 9:00~11:30
城北公民館集合



ポイントごとに出題されるクイズを解きながら、松江城天守の最上階まで攻め登ろう！
国宝松江城に関する最新情報もゲットしよう！

公民館→堀ばた→大手前→馬溜
→二ノ丸→本丸・天守→公民館

参加料 200円/人(資料代等)
持ち物 水筒、帽子など
定員 20名(定員に達し次第、締切ります。)
申込み 7月19日(水)までに
城北公民館へお申し込みください。

健康づくり部 NHK新社屋,市役所新庁舎 見学ウォーキング

7月27日(木)8:45(城北公民館集合)~12:30

公民館からNHKを目指しウォーキング！新社屋見学をしたあと、市役所新庁舎をまわり夏の宍道湖を見ながら、心も体もリフレッシュ！！

【コース】
9:00 城北公民館 開講式
開講式終了後 出発
↓
10:00~ NHK新社屋 内覧見学
↓
11:30~ 市役所新庁舎 内覧見学
↓
12:30 城北公民館 解散

参加料 200円/人(参加賞代)
持ち物 暑さ対策(水筒、帽子など)
定員 20名(定員に達し次第、締切ります。)
申込み 7月20日(木)までに
城北公民館へお申し込みください。



市民人権講座(中央ブロック)

7月26日(水) 13:30~15:15

場 所 市民活動センター(スティックビル)
5階交流ホール
【テーマ】 性って十人十色
~知ることからはじめよう~
講 師 島根県人権啓発推進センター
啓発指導講師 北尾 浩之 さん



*乗り合わせご希望の方は申し込みの際にお申し出ください。

参加申込 7月13日(木)までに城北公民館へご連絡ください。

包丁研ぎ ※原則 家庭用包丁のみ

日時 7月20日(木)
10:00~14:00

場所 城北公民館 調理室

料金 ステンレス 300円~
和包丁 400円~



刃の欠けや研ぎ直しが必要なもの等については時間がかかるので、相談してください。
場合によっては当日お渡しできないことがあります。
※原則として、受付は当日に限ります。

オレンジキッチン

一人より大勢でたべるご飯はおいしいですよ
一緒にご飯を作って食べませんか！

日時 7月10日(月) 17:30~19:00
場所 城北公民館 調理室・和室
代金 500円(当日お支払いください。)
定員 15名(65歳以上の方)
申込み 7月5日(水)までに城北公民館へ

※送迎あります！ご希望の方は、お申し込み時にお伝えください。

お楽しみサロン

毎月1回、楽しい時間を一緒に過ごしましょう。
笑って、笑って健康寿命を延ばそう！！
皆様、お誘いあわせて、ぜひご参加ください！

日時 7月21日(金)
10:00~11:00

場所 城北公民館 研修室

内容 笑いヨガ

申込み 7月18日(火)までに城北公民館へ



お出かけ健康教室

今回は、久しぶりに外へお出かけします。
一緒に楽しく体を動かしてみませんか！

日時 7月28日(金) 10:00~11:00

場所 更生保護法人 しらふじ(奥谷町306-1)

内容 「からだ元気塾」(健康体操)・茶話会

講師 (株)さんびる 健康運動指導士

申込み 7月25日(火)までに城北公民館へ



香典・玉串料返し御礼

田部 悦子様(淞北台)
《故》田部 照子様
原田 澄江様(奥谷町)
《故》原田 一弘様
新宮 恵美子様(奥谷町)
《故》新宮 英俊様
森山 康史様(淞北台)
《故》森山 世津子様

故人のご遺族様からご厚志を賜りました。
謹んで御礼申し上げます。
故人のご冥福を衷心よりお祈り申し上げます。
— 城北地区社会福祉協議会 —

令和5年 高砂祝いについてのお願い

夫婦おそろいで結婚65周年を迎えられる方々をお祝いたいと考えています。該当者の方は松江市社会福祉協議会までご連絡いただきますようお願いいたします。また、該当の方を把握しておられる方はご本人了解の上、情報を提供いただきますようお願いいたします(秘密厳守)

*例年「松江市高齢者福祉大会」において記念品を贈呈させていただいておりましたが、今年度は11月中旬ごろ開催予定の「令和5年度松江市社会福祉大会」内で実施いたします。開催日や会場などの詳細は、該当の方々に追って連絡いたします。

高砂祝い 該当者	昭和33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	令和5年9月15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



島根県地球温暖化防止活動推進員より 夏本番！エアコンは万全ですか？

クイズです。

①同じタイプのエアコンを使って、同じ大きさの部屋をそれぞれ約3時間冷房をしました。
A)一つはズーとつけっぱなし、B)もう一方はこまめに電源を消す。ABどっちが省エネ？②室外機の周辺温度を35℃から30℃へと下げる実験をした結果、どれくらい省エネになったでしょう？A)11%削減、B)21%削減、C)42%削減

①の答えはA、エアコンは運転開始時に多くの電気を使います。室温が設定温度近くになると安定し電気使用量も少なくなります。

②の答えはC、簾、よしず、日よけシェードを活用して、室外機周辺の温度と室温の差が少ない方が少ない電気ですみます。

夏の交通事故防止運動

夏季の行楽等により、交通量の増加、交通流の変化、夏特有の解放感や暑さからくる疲れなどによる交通事故が予想されることから、県民一人ひとりが交通ルールの遵守と正しい交通マナーを実践し、交通事故防止の徹底を図ります。

【期間】 7月1日(土)から7月21日(金)

- ① 子供と高齢者の交通事故防止
- ② 自転車利用時のヘルメット着用をはじめとする被害軽減対策の徹底
- ③ 飲酒運転の根絶
- ④ 過労・脇見運転の防止



第73回 社会を明るくする運動

～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

7月は社会を明るくする運動の強調月間です
推進テーマ『ともに支え合う やさしいまちづくり』

法務省主催のこの運動は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築くことを目的とする全国的な運動です。



☆行動目標

- ・犯罪や非行のない安全・安心な地域社会を築くための取り組みを進めよう。
- ・犯罪や非行をした人たちの立ち直りを支えよう。

乳がん集団検診のお知らせ

日時 7月28日(金) 9:00～11:00

場所 城北公民館

乳がん集団検診は予約が必要です。

【予約先】 島根県環境保健公社(☎ 61-8077)

受付時間: 平日9時～17時



受診当日はがん検診等受診券を必ず提示してください。

【発行元・問合せ先】

松江市健康推進課(☎ 60-8174)

島根大学旧奥谷宿舎で

花火写真展開催中

暑くなり花火の季節になりました。県内の花火写真や打ち上げ花火の装置に触れられる写真展が開催中です。週末はぜひ、島根大学旧奥谷宿舎にお越しください。

期間: 6・7月の土日祝日
午前10:00～午後5:00

場所: 島根大学旧奥谷宿舎1階
松江市奥谷町140 万寿寺通り

料金: 無料



環境生活部 環境標語募集

生活環境部では環境問題への関心を高めてもらうことを目的に「環境標語」を募集しています。優秀作品は公民館だよりに掲載し、粗品を進呈します。

公民館は、皆さんにとって「集う、学ぶ、結ぶ」ところ。引き続き、その都度求められる対策なども講じながら、多くの方にご利用、集まっただけのよう努めますので、よろしくお願ひします。
(米山)

様式 自由(複数応募可)
締切 令和5年9月末

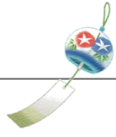
*作品に、氏名、住所、連絡先を添えて城北公民館(窓口、郵送、FAX)までご応募ください

六月、例年と比べて梅雨入りが早く、どんよりとして雨や湿度の高い日が多いですね。そうした状況下で公民館主催や公民館と地区団体との共催で行う事業が動き始め、開催日の少し前からいから空を見上げ、また天気予報が気になります。さて、令和五年度事業の主なものについて、簡潔に紹介したいと思います。昨年度と比べて新型コロナウイルス感染症対策が五月八日から大きく変わったこともあって、社会活動も活発になってきています。他館の方に様子を伺うと揃って「サークルの活動が戻ってきている。」とか、「今年は夏まつりをする。」とか聞かえてきます。ですが、コロナはなくなつたわけではないので、事業内容については、少しずつ充実させていく感じですね。



少し前進して

4日	(火)	わいわいサロン
5日	(水)	さわやかクラブ(1班)
7日	(金)	事業部 町外視察研修 城北地区町内会長・自治会長会
8日	(土)	キッズキッチンじょうほく
10日	(月)	オレンジキッチン
12日	(水)	さわやかクラブ(2班)
13日	(木)	ひよこ学級
15日 16日	(土・日)	城北あそび塾 サマースクール(1泊2日)
19日	(水)	さわやかクラブ(3班)
20日	(木)	包丁研ぎ 特設人権相談所
21日	(金)	お楽しみサロン
22日	(土)	「まち縁足」クイズで攻めよう国宝松江城
24日	(月)	じょうほく寺子屋
26日	(水)	さわやかクラブ(4班) じょうほく寺子屋
27日	(木)	NHK・市役所新庁舎ウォーキング
28日	(金)	お出かけ健康教室 乳がん検診
31日	(月)	じょうほく寺子屋



がんばったよ、運動会
ぼくは、学校にいった時から、わくわくしていました。はじめが三年生のしゅ目でした。はじまつてから、ぼくはずつとドキドキしていました。ついにぼくの番が回ってきて、スタートしました。スタートした後は、うまいぐあいに進んでいきました。さいごのパスも、練習の時よりうまくできました。青組は二位だったけど、全力でできてよかったです。

心が一つになった運動会
「タイフーン」はぼうを上げてジャンプしやすくしました。練習のせいかなを出しました。後もうちよつとのころでしりもちをついてしまったけど、ぜんぜんいたくありませんでした。ダンスも楽しみました。お母さん、お父さんたちにかっこいいところを見せたかったからです。青組は練習の時よりずっと上手になっていて「あきらめずにやったんだ。すごいな。」と思いました。
わたしも来年は一位をとって見せたいです。

みんなががんばった運動会
城北小学校の校庭で運動会をしました。全校のみんなでした。「タイフーン」では、わたしは二回すべつころびました。でも、みんながはげましてくれたので、さい後まで走ることができました。みんなやさしいなと思いました。みんなでいっぱい話し合つて練習してきました。そのせいか、はつきできました。来年の運動会も一位になれるように、みんなできいっぱい練習をしたいです。

城北体育協会からのお知らせ

6月11日(日)「第53回 市民体育祭松江市ソフトボール大会」が4年ぶりに開催されました。Aグループは美保関総合運動公園で、10チームが対戦。城北チームは見事、優勝を果たしました。



城北チーム<Aグループ>
優勝 おめでとう!

公民館からのお知らせ

◆公民館テントを一張、更新しました。

古いものを一張処分しようと思いますが、必要な方は公民館までお知らせください。



◆自動販売機移転しました。

公民館駐車場に設置していました自動販売機について、利用者の方からの「東側から来る車の見通しが悪い」とのご意見もあり、伊藤園さん協力のもと、西側へ移設いたしました。(現在、調整中なので、利用可能になるまで、しばらくの間お待ちください。)

よろしく
お願いします