

	7月末	前月比
世帯数	3,323	-6
総人口	6,873	-17
男性	3,282	-12
女性	3,591	-5

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。ようご理解ご協力をお願いいたします。



第52回城北町民体育祭について

がんばれ！
城北！

城北町民体育祭を下記の日程で開催いたします。
 各町内会・自治会とも多数のご参加をお待ちしています。
 選手の皆さんへの応援もよろしくお願いいたします。



9月15日(日) 9:00~13:00頃 城北小学校 校庭・体育館

	時間	種目
第1部	9:15~11:15	小学生50m競走、キックボールリレー、グラウンドゴルフリレー、綱引き、みんなでヨーイドン、玉入れ競争
第2部	11:15~11:35	240歳以上リレー
第3部	11:50~12:30	お楽しみ抽選会

素敵な賞品を
ゲットしよう！



発熱など症状のある方は、参加をお控えください。

詳細とお楽しみ抽選券については、全戸配布のチラシをご覧ください。

健康づくり部

～健康講座＆ニュースポーツ体験～



日時 **9月30日(月)**
10:00~12:00



場所 城北公民館 第1・2研修室



講師 理学療法士 袖本 雄介 氏

定員 30名(定員になり次第締め切ります)

参加費 200円(参加賞、飲み物代含む)

申込み 9月24日(火)までに城北公民館へ

『猛暑はフレイルのリスクを高める？』

今年の夏のような猛暑が続くと外出機会が減り、年齢に関係なく若い人でもフレイルになるリスクが高まると言われています。フレイル予防の講義と実技を混ぜながら、1部の健康講座で頭と体を柔軟にし、2部のニュースポーツ(モルック&卓球バレー)体験で一足先に秋を楽しむ為の体力づくりをしましょう！！

※フレイルとは⇒「虚弱な」という意味

第45回 城北文化祭の開催

【展示の部】 10月26日(土) 13:00~17:00

10月27日(日) 10:00~12:00

【発表の部】 10月27日(日) 10:00~12:00頃

文化祭

詳細は次月の公民館だより、
全戸配布チラシに記載いたします！



個人作品大募集！！



城北文化祭の期間中、公民館内で展示していただける個人作品を募集します。パネル5枚・長机5台の合計10名の方の作品を募集します。

あなたの自慢の作品を出展しませんか？

◆募集期間：9月27日(金)まで(定数になり次第締切)

◆展示スペース：パネル(180×120cm)1枚分

または長机(45×180cm)1台分

◆申込み：公民館へ

包丁研ぎ ※原則 家庭用包丁のみ

日時 9月19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 9月9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 9月4日(水)までに城北公民館へ

その他 一部料理等のお手伝いをお願いします。

※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！

日時 9月20日(金) 10:00~11:30

場所 城北公民館 研修室

内容 手芸(かざり畳づくり)

定員 先着15名

参加費 1,000円(会員の方は500円)

申込み 9月13日(金)までに城北公民館へ



お出かけ健康教室

楽しく一緒に体を動かしてみませんか！
ご参加お待ちしております。



日時 9月27日(金) 10:00~11:30

場所 城北公民館 第1・2研修室

内容 椅子に座って簡単にできる体操&脳トレ

講師 島根県レクリエーション協会指導員

申込み 9月24日(火)までに城北公民館へ

令和6年度 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」においてお祝い致したく存じます。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。

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。

(秘密厳守)

高砂祝い 該当者	昭和34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6年9月13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

秋の全国交通安全運動



期間 9/21(土)

9月30日(月)
~30(月)

交通事故死ゼロを
目指す日

【運動の重点】

- ① 反射材用品等の着用推進や安全な横断方法の実施等による歩行者の交通事故防止
- ② 夕暮れ時以降の早めのライト点灯やハイビームの活用促進と飲酒運転等の根絶
- ③ 自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底



島根県地球温暖化防止活動推進員

こんな近くに1.5万世帯分の発電所があるよ

1.5万世帯というと城北・城西・城東・白濁・朝日(中央ブロックから雑賀地区以外で1.57万世帯)とほぼ同じ世帯の電気を賄っているのが、松江市大井町にある松江バイオマス発電株式会社(ナカバヤシ(株)・日本紙パルプ商事(株)・三光(株))です。11年前に創業し、使用燃料は県産材を主とする国産未利用材90%と一般木材(製材残材他)10%です。県土の約78%が森林の島根県、山の保全を兼ねたエネルギーとして、このバイオマス発電を是非知って欲しい所です。

近いのに案外行く機会のない松江歴史館。国宝の決め手になった「松江城天守祈禱札」の実物が特別公開中。基本展示室を大本さんにガイドしていただきます。見学の後は、喫茶きはるで、国宝・松江城を眺めながら和菓子セットで一休み。この機会に訪れてみませんか!

日時： **9月18日(水)** 10:00~11:30頃
(現地集合9:50までにお越しください・現地解散します)

会場： **松江歴史館**(松江市殿町279 Tel32-1607)

案内： 大本 公良 さん(松江歴史館 教育指導講師)

参加費： **500円**(抹茶と和菓子セット代金込)

定員： **先着25名**(定員に達し次第締め切ります)

申込み： 城北公民館(Tel26-4437)まで



少年部 9月のひよこ学級



~お子さんと一緒にママの体力づくり~



日時 **9月12日(木)**
10:00~11:00

場所 **城北公民館 第1・2研修室**

講師 **ベビーマッサージ&
ベビーヨガインストラクター
藤原 美奈子 氏**

会員 **随時募集中(年会費750円)**

持ってくる物 **バスタオル
いつものお出かけセット**



申込み **9月6日(金)までに城北公民館へ**

いつも「大好き」ってしてるけど、もうちょっと違うカタチでふれあい遊びはないかしら?!

子どもとの時間も大事だけれど、それだけではなくてあれもこれも・・・。

ママって本当に休む時ってないですよね? お子さまとのふれあい遊びを楽しむのがベビーマッサージ♡

そして日頃なかなかメンテナンスできていないママの体調も整うベビーヨガ♡

今回はこれらをいっしょにやっちゃいます!

うれしい! **楽しい!** **からだにもいい!**

ステキな時間をいっしょに過ごしましょう

今年も、とても暑い夏です。公表数値(氣象庁)では、松江の気温は昨年同期と比べて同じくらいで、平年値より高め。連日三十度以上で、朝清掃するだけで汗だくになります。そんな中、水郷祭の花火大会があり、出かけてみました。「すごいねえ」という声が続きます。やがて拍手の音とともに終了しました。さて、これから夏まつり、体育祭と地区の大きなイベントが続きます。昨年、コロナへの対応が変わったこともあり、模擬店やリレー種目を復活して多くの方が参加され賑わいも戻ってきているようにも思います。但し、コロナはなくなっていないし、熱中症への対応も欠かせない状況下、今回も規模縮小で計画。さらに、昨年の反省から、二つとも協力員の方を増やしたり、夏まつりではクーリングシェルターのこともあって研修室も子ども広場会場にしたりしています。この二つのイベント開催にあたり、多くの方から募金、協賛金をいただいています。町内会・自治会からの募金や個別にお願いしての協賛金などいただき、開催することができています。ありがとうございます。(協賛者などについては、たより十月号配布に合わせ、回覧でお知らせします。)

ところで、この夏四年に一度の祭典もあり、テレビの前で応援。特に「諦めない」ということが何度も報道されています。最後に大逆転もありませんが、逆に言うこと何が起こるか最後まで分からないということにも：暑い日が続きますが、皆さんにとっても「参加してよかったです」と言っていたら、十分注意し工夫したいと思っています。



夏、秋の風物詩

9月 行事予定

8月23日 現在

3日	(火)	わいわいサロン 肺がん集団検診	
4日	(水)	さわやかクラブ(3班) スマートフォン活用教室	
7日	(土)	交通安全グラウンド・ゴルフ大会 (予備日:8日) 石橋ビアどーむ	
9日	(月)	オレンジキッチン	
10日	(火)	じゃがいも大作戦 はじめましての会・植え付け会	
11日	(水)	さわやかクラブ(4班)	
12日	(木)	ひよこ学級 第1回城北文化祭実行委員会	
14日	(土)	キッズキッチンじょうほく	
15日	(日)	城北町民体育祭	
17日	(火)	胃・大腸がん集団検診	
18日	(水)	さわやかクラブ(1班) 文化部「歴史館に行ってみよう！」	
19日	(木)	包丁研ぎ	
20日	(金)	お楽しみサロン	
24日	(火)	大腸がん検体回収	
25日	(水)	さわやかクラブ(2班)	
27日	(金)	お出かけ健康教室	
30日	(月)	健康づくり部 健康講座&ニュースポーツ体験	

城北小学校より 地域に開く全校授業公開日のご案内

9月26日(木)

時間 13:50~14:35

場所 城北小学校

内容

- 城北小学校の教育活動について、保護者や地域の皆様にご理解いただくために、全学級の授業を公開します。
- 公開授業の詳しい内容について、保護者の皆様には事前に授業公開のしおりをお配りします。
- 地域の皆様には、当日受付でお渡しします。準備の都合上、お越しいただく際には、事前に学校へご連絡ください。
- (城北小学校:TEL 21-4944)



多数のご来校・ご参観
お待ちしております。

なお、校内に駐車スペースはございませんので、
自家用車での来校はご遠慮願います。

松江水燈路 ボランティアスタッフ再募集

城北公民館では、松江水燈路で城北地区の担当する塩見縄手の行燈を配置・点灯していただくボランティアスタッフを再度募集します。ご協力いただける方は、お気軽にお問合せください。

活動日 開催期間9月28日(土)~10月20日(日)
のうち、土曜日、日曜日、祝日 計9日間
※ 担当する活動日につきましては、相談させていただきます。

時間 17:30から30分程度(人数や天候により異なる場合があります。)

場所 青戸歯科医院駐車場前から
八雲記念館前の堀川沿い

内容 行燈の配置・点灯

申込み 9月6日(金)までに城北公民館へ
お申し込みください。



ペットボトル打上げ大会 第3位 手銭 友さん おめでとうございます!

8月17日(土)、松江市総合運動公園 陸上競技場で行われた、ペットボトルロケット打上げ大会において、城北小学校6年生の手銭友さんが98.20メートルの記録を出し、小学4~6年生の部で3位に入賞しました。

今回で、開催20回目となるこの大会を記念して、入賞者は「筑波宇宙センター等の見学ツアー」のご招待を受けました。

