城西だより

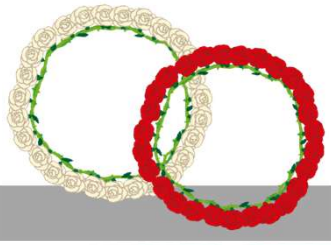
Jyosai Kouminkan News

R8 11月号

令和８年11月 松江市城西公民館
〒690－0851松江市堂形町614
電話（26-2659）FAX（21-5265）
E-mail jyosaik@mable.ne.jp
ホームページ「松江市城西公民館」
でご検索または二次元バーコードから

募集 素敵なリースとひつじを作りませんか？

先般、山王寺での今年の棉の収穫が終わりました。今回もその棉を使って、「リース」と来年の干支である「ひつじ」を作ることになりました。棉で作ったリースやひつじはとてもかわいいですよ(^ー^)　皆様のご参加をお待ちしております。



◆日　時：11月28日（土）10：00～12：00
◆場　所：城西公民館　◆参加費：300円　◆定員：15名
◆申込み：11月20日（金）までに城西公民館へお申し込みください。

お問い合せ・お申込み：城西公民館（℡26-2659）

募集 ベビーマッサージ

～赤ちゃんとお母さんの触れ合いで心もからだもリラックス～



助産師を囲んで、赤ちゃんのマッサージを体験します。

◆対　象：3カ月～1歳のお誕生月までのお子さんとその保護者
◆日　時：11月30日（月）10：00～11：00
◆会　場：城西公民館　◆定　員：10組　◆参加費：無料
◆持ち物：バスタオル、レジャーシート(タオルの下に敷きます）、おむつ、着替え、飲み物
◆申込み：11月20日（金）までにお申込みください。定員になり次第締め切ります。

主催：城西地区社会福祉協議会　お問い合せ・お申込み：城西公民館（℡26-2659）

募集 城西スマホ相談会

スマートフォンの困りごとを学生に相談しませんか？

［これからの社会を活きるためのスマホの活用相談会］



奇数月 第３土曜日 10：00～12：00

これまでのご参加ありがとうございます。**今回は第4回目**のご案内です。

◆第4回：11月21日(土)　◆会場：**城西ニコニコ交流館 ハナミズキ**（城西公民館となり）
◆内容：① **全体説明「スマートフォンを何につかう？」 10:00～10:20**
② **個別相談 ※1人20分間です 10:30～12:00**
◆講師：島根県立大学学生 他　◆定員：15名まで　◆受講料：１回300円
◆申込み：３日前までに、城西公民館へお申込みください。
※相談会は全６回行いますが、各回定員を超える場合は初回の人を優先させていただきます。

◆今後のスケジュール（令和8年度）：1月16日・3月20日

お申込み：城西公民館（℡26-2659）　お問い合せ：城西公民館総務企画部 副部長　野口（℡080-5088-8582）

予告 まこもを使ったしめ縄づくり体験講座



まこも（イネ科）を使ったしめ縄づくりを今年も下記の日程で予定しています。詳細については12月号でお知らせします。
みなさまのご参加をお待ちしています！！

◆日　時：12月12日（土）10：00～
◆申込み：来月号を配布後、12月2日（水）10：00から 受付をスタートします。

お問い合せ・お申込み：城西公民館（℡26-2659）

募集 城西ニュースポーツふれあいフェスタ



お申込みは二次元バーコードからも可能です

◆日 時：**11月15日**（日）9：30～12：00
◆会 場：内中原小学校
※ 体育館へご集合ください。駐車場はございません。
◆種　目：〇ｸﾞﾗｳﾝﾄﾞｺﾞﾙﾌ大会(雨天中止)
〇ニュースポーツ体験
（ボッチャ・モルック・ラダーゲッター など）
※どちらか一方の申込みとなります
◆参加費：無料　※参加賞があります！
◆準備するもの：タオル・上履き・飲み物 など
◆申込み：11月9日（月）までに、城西公民館へご連絡ください。

詳しくは今月配布のチラシをご覧ください

主 催：城西スポーツ協会　　お問い合せ・お申し込み：城西公民館（℡26-2659）

お知らせ マイナンバーカード申請の出張受付

市の職員が公民館でマイナンバーカード申請の出張受付（申請書類の受付、顔写真の撮影）を行います。これから申請をお考えの方はぜひお越しください。

◆日　時：11月17日（火）14：00～15：00　◆場　所：城西公民館　千鳥
◆必要書類：運転免許証と資格確認書等の本人確認書類2点及び通知カード
※受付当日、運転免許証と資格確認書の2点があれば、出来上がったカードを郵送します。
※資格確認書1点のみの場合、カードの受け取りは、本庁またはイオンマイナンバーカード窓口になります。来庁時に本人確認書類をもう1点お持ちください。
※予約は不要です。

お問い合せ：松江市市民課（℡55-5560）

募集 健康まつえ21推進隊 健康広場のご案内

フレイル測定を行い、理学療法士、歯科衛生士の方からフレイル予防のお話や、軽い運動を教わります。
ぜひお出かけください。

◆日　時：11月13日（金）
13:30～15:30（受付　13:00～）
◆場　所：城西公民館
◆内　容：健康チェック、簡単な動作チェック、
軽い運動、茶話会 など
◆参加費：無料　◆定員：30名
◆その他：動きやすい服装、上履き
◆申込み：城西公民館へお申し込みください

主催：城西地区健康まつえ21推進隊
お申込み：城西公民館（℡26-2659）

「自筆証書遺言書保管制度」～法務局　大事な遺言書預かります～

自筆証書遺言書保管制度は、自筆で作成された遺言書を法務局で保管する制度です。

この制度は、自宅で保管されることの多かった自筆証書遺言書の紛失・改ざん、相続人に発見されないおそれなどの問題点を解消しており、「安心」「簡単・安価」「親切」という特色があります。

近年、「終活」が浸透しつつありますが、ご自身の財産をご家族や大切な方へ確実に託す方法の一つとして、是非、この制度をご利用ください。

（問合せ先　松江地方法務局供託課
電話：０８５２－３２－４２４０）

つながりが生んだ第２位

公民館長　畠山　直文

「Aブロック第２位　城西スポーツ協会」

その瞬間、閉会式に整列した城西の選手の皆さんは、両手を挙げて万歳する人や目を丸くして隣を見る人など、まさか２位に入れるとはという驚きの反応でした。

松江市民体育祭の記録をみると平成２２年度以来、１６年ぶりの第２位受賞でした。

その力になったのは、チーム城西のまとまりにあったように思います。選手が集合場所に行くときは、必ずテントにいる皆さんから声援や拍手が送られました。印象的だったのは、テント前で選手の皆さんが円陣を組んで気勢を上げ、城西テントの人たちからも大きな拍手がわきあがった場面です。チーム城西が一つになるのを感じました。

そのつながりに貢献したのが練習会です。選手集めに時間がかかりましたが、それでも今回は練習会を開こうということになりました。練習ができた期間は本番前の一週間あまり。当初、私は短期間でどれだけ効果があるのか懐疑的でした。

ところが青空のもと、あるいは室内で各種目の選手が集まって練習する姿をみて、練習会の大切さを改めて感じました。

様々な方々が集まりました。協会はもとより、元保護者つながりや地域の職場、小中高の子どもたち、さらには１月の地震発生時に参集された市職員の集団もおられました。知らない者同士が集まり、種目ごとにいつのまにか話し合い、助け合いながらチームとして上達していくのです。また日によっては違う種目の間でもおぎない合い、時には裏方になりながら練習していく光景もみられました。

少ない回数でしたが、この練習で相互の理解が確実に深まっていったような気がしました。

城西各地から集まっていただいた選手の皆さん、そして選手集めや会場づくり、片づけに尽力されたスポーツ協会など関係者の皆さまに心より祝意を表したいと思います。



開催　げんきげんき

0歳～未就園のお子さんと保護者さんが自由に遊べる空間を提供しています
毎月第３水曜日の10:00～11:30
参加希望の方は当日公民館にお越しください。
見学もご自由にどうぞ。



◆対象：0歳～未就園児とその保護者　　◆場所：城西公民館

◆今月は 11月18日(水)10:00～ です。　みんなで楽しく遊びましょう！

開催　城西子ども広場



放課後子ども広場

会場：城西公民館
　　どんぐり広場
　　ニコニコ広場

時間：14：00（学校終了後）
　　～16：30

11月2日(月)・9日(月)・16日(月)・30日(月)
土曜広場11月7日(土)←13:30～16:30

みるくさ広場

学校に足や心が向きにくい子どもさんたちのほっとできる居場所として活動をしています。

問い合わせ
申し込みフォーム

会場：城西ニコニコ交流館
時間：10：00～15：00

11月10日(火)・17日(火)・24日(火)

南平台あそび広場

会場：南平台集会所
時間：13：30
　　～16：00

11月15日（日）

城西幼保園広場

会場：城西幼保園
時間：15：40
　　～16：30

※対象は城西幼保園の園児です

11月26日（木）

お問い合わせ：城西子ども広場事務局（城西公民館内）　（TEL26-2659）

香典返しのお礼

原　　友江　様（国屋町）
長谷川由紀子　様（片原町）
西川　　友幸　　様（国屋町）

ありがとうございました。謹んでお悔やみ申し上げます。

健康ウォーキング

11 月 12 日（木）の
奥出雲ウォーキングに振り替えます

お問い合わせ：城西公民館　電話26－2659

お知らせ　城西地区防災訓練について

令和8年度の城西地区防災訓練を11月8日（日）午前中に実施いたします。

当日の朝は、屋外スピーカーでの放送訓練や広報車にて地区内巡回等、地域の皆様にはたいへんお騒がせをいたします。ご理解、ご容赦いただきますようようお願いいたします。

なお、訓練中は城西公民館に駐車スペースがございませんので、ご承知おき下さい。

城西地区災害対策本部

～公民館からのお知らせ～

◆今月の「あいさつの日」は、

11月4日（水）です。

気持ちの良い１日を朝のあいさつから始めてみませんか？

◆11月の城西もりもり食堂はお休みです

◆今年2月のみそ作りに参加された皆様へ

秋になり、手作りみそが食べごろになった頃と思います。ぜひご確認、ご賞味ください。

お願い

公民館行事で記録のために撮影した写真は公民館のお便りやホームページに掲載させていただく場合があります。ご了承ください。

令和８年11月の予定表

1	日	
2	月	放課後子ども広場
3	火	文化の日
4	水	あいさつの日
5	木	からだ元気塾
6	金	
7	土	土曜広場
8	日	城西地区防災訓練
9	月	放課後子ども広場
10	火	みちくさ広場
11	水	男性の料理教室
12	木	健康ウォーキング　からだ元気塾
13	金	健康広場
14	土	
15	日	城西ニュースポーツふれあいフェスタ 南平台あそび広場
16	月	放課後子ども広場
17	火	みちくさ広場
18	水	げんきげんき
19	木	からだ元気塾
20	金	
21	土	スマホ相談会　笑いヨガ
22	日	
23	月	勤労感謝の日
24	火	みちくさ広場
25	水	ADL体操
26	木	城西幼保園広場　からだ元気塾
27	金	乳がん集団検診（9：00～11：00）
28	土	リースづくり
29	日	
30	月	ベビーマッサージ 放課後子ども広場

本紙の内容は諸事情により変更または中止になる場合があります。