

スポット城東 8月号 NO.457



公民館 HP ↑

松江市城東公民館 令和6年8月1日発行

松江市北田町273 TEL (0852) 27-5680・FAX (0852) 21-8710

Mail: jyotok@mable.ne.jp HP: http://matsue-city-kouminkan.jp/jyoto/



参加者募集

低山めぐり第2弾! 史跡巡りウォーキング♪



夏の終わりの茶臼山をみんなで登って楽しみませんか?
片道30~40分で登れます。初心者の方、お子さんも登れるやさしいコースです。

- ◆期 日: 9月15日(日) 9:00~12:00 ※雨天中止
- ◆場 所: 茶臼山(松江市山代町)【集合】8:30に城東公民館駐車場(松江市北田町273)
- ◆内 容: ガイドさんとのんびり登山、山頂で楽しいティータイム☕
- ◆準備物: 長袖・長ズボン・靴・帽子(登山に適した服装)・飲み物(水分補給用)
- ◆参加費: 200円/人 ※当日集金します 定員: 20名程度
- ◆申込み: 城東公民館(☎27-5680)まで。
- ◆当日の連絡先☎080-8242-3340(公民館携帯) 【城東地区健康まつえ21推進隊】

参加者募集

夏休みだ! わくわく! ものづくり☆

1. 日 時 8月17日(土) 9:00~12:00 (受付8:45~)
2. 場 所 城東公民館 交流ホール・研修室ほか
3. 対 象 小学生と保護者 ※必ず保護者同伴でお願いいたします。

※詳しくは、学校をとおして配布しております
チラシをご確認ください。

【主催: 城東公民館子ども部、城東地区社会福祉協議会】



参加者募集

乳幼児学級へ遊びにおいでよ!!

さまざまな活動をとおして、親子の絆、保護者同士の親睦・交流を深めませんか? ご参加お待ちしております♪

ベビーくらぶ

- 日 時 9月10日(火)10:00~11:30
- 場 所 城東公民館 研修室(和室)
- 内 容 「どうする? 子どもの急病」
講師: 保健師 安達 詩織 さま
- 持ち物 母子手帳
- 参加費 無 料
- 対 象 0歳児とその保護者
- 申 込 城東公民館(☎27-5680)まで。
- 主 催 城東地区社会福祉協議会



わいわいサロン(乳幼児健康相談)

お子さんの身長・体重測定や、子育ての困りごと、心配ごとなどを保健師へ相談することができます。

日 時: 8月19日(月)10:00~11:30

※予約は必要ありません。

持ち物: 母子健康手帳、バスタオル(身体計測で使用します)

問合せ: 松江市こども家庭支援課
(☎0852-60-8155)



お願い

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」においてお祝いを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いただきますようお願いいたします。

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日から同年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)

【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

松江市バレーボール大会に出場しました!

7月15日(月)松江市総合体育館で行われた、「松江体育協会創立100周年記念 第54回市民体育祭松江市バレーボール大会(Aグループ)」に、城東地区より男女合わせて29名の選手、スタッフが出場しました。

今年は若い選手もたくさん参加し、練習を重ねてきていました。男子は3セットにおよぶ激闘の末、惜しくも予選敗退となりました。

女子は決勝リーグに進み、3位と健闘しました。来年もより良い成績を目指して頑張ります😊!

【城東体育協会】



お知らせ

交通安全無事故・無違反推進月間

8月1日(木)～9月30日(月)の2か月間は、交通安全無事故・無違反推進月間です。本格的な夏を迎え、レジャーや帰省等に伴う交通量の増加や、疲れた状態での運転等による交通事故の発生が懸念されます。一人一人が改めて交通ルールを守るよう心がけましょう。

【城東地区交通安全対策協議会・城東地区交通安全協会】



注意!

城東地区内での物損事故が多発しています

内中原交番管轄内における上半期の物損事故のうち、城東地区における物損事故が大半を占めています。その多くが駐車場においての事故のようです。

城東地区はコンビニや飲食店、駐車場など人や車が集まる場所が多数ある為、便利な反面、接触事故などへのリスクも高まります。一人一人がよく注意し、以下のとおり心がけましょう。

- 駐車場では、十分な安全確認、周囲をよく見る👉死角からの急な人の飛び出しに注意
👉風が強い日のドア開閉時に注意
- 正確な運転操作👉ハンドル操作、アクセルとブレーキの踏み間違いに注意
- 時間にゆとりを持つ👉時間のゆとりは心のゆとりにつながります🍀

注意

熱中症は予防が大切です

熱中症患者の半数以上は高齢者（65歳上）です



☑ 予防法ができているかをチェックしましょう

☐ エアコン・扇風機を上手に使用している



☐ 部屋の温度を測っている



☐ 部屋の風通しを良くしている



☐ こまめに水分・塩分を補給している



☐ シャワーやタオルで体を冷やす



☐ 暑い時は無理をしない



☐ 涼しい服装をしている
外出時には日傘、帽子



☐ 涼しい場所・施設を利用する



☐ 緊急時・困った時の連絡先を確認している



★室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分を補給しましょう。

汗をかくと体内の水分とともに塩分やミネラルも奪われてしまいますので、**塩分も一緒に補給することが大切です。**

(引用:厚生労働省 HP)



英会話教室からのお知らせ 県国際交流員 三浦カリリナ百恵 さんの出前講座

- ◆日時 8月6日(火) 10:00~11:30
- ◆場所 城東公民館 会議室
- ◆内容 「もっと◎知ろう ブラジル サンパウロ」
ご出身地サンパウロの歴史・観光・生活文化等について知ろう!!
- ◆参加 自由(無料) 【問合先: 英会話講師 岡崎 ☎090-7122-2589】



🌸 ご寄付御礼 🌸

城東地区社会福祉協議会に香典返しをいただきました。ありがとうございます。
故人様のご冥福を衷心よりお祈り申し上げます。 (7月22日現在)

山口 純一 様 (末次本町) 赤木 英徳 様 (学園南)

公民館事務室閉鎖のお知らせ



8月2日(金) 13:00~ (中央ブロック人権教育研修会参加のため)
8月13日(火) 14日(水) 15日(木) 終日 (職員休暇取得のため)



大変ご不便をおかけしますが、公民館をご利用の団体は、事前に鍵の受け取りをお願いいたします。

公民館事業に参加される皆様へ📷

公民館事業では活動の記録として写真を撮らせていただきます。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ございます。予めご了承ください。
また、参加者の皆様撮影された個人が特定されるもの、他の方が写りこんだ写真や動画は、SNSなどのインターネットへの掲載は、控えていただきますようお願いいたします。

8月の行事予定

令和6年7月21日現在受付分

日	曜	行事	館使用予定団体
1	木		3B ママ 城東児童クラブ(3B) 陶芸 町自連役員会
2	金	事務室閉鎖(13:00~)	ヨガ・フィットネス 城東FD スポ少空手道 アトリエ 手あみ
3	土	水郷祭	体操教室 スポ少空手道 のびのびストレッチヨガ 茶道サークル 手あみ
4	日	水郷祭	健康マージャン 山陰フィルハーモニー交響楽
5	月		マドンナFD 3B ジュニア スポ少空手道 3B 小山 母衣っ子 かきかた 暮楽会 新舞踊 みのりの家 坪内様
6	火		なごやか卓球サークル スポ少空手道 英会話 おち様 オリエンタルダンス
7	水	町自連会長会	健康マージャン 3B にこば カフェ OPサークル かきかた 詩吟城東 からだ元気塾 おひさしぶりの会
8	木		篆刻クラブ 穴吹ハウジングサービス 3B ママ 陶芸 将棋教室 おち様
9	金		ヨガ・フィットネス 城東FD スポ少空手道 フラワーアレンジメント 詩吟千鳥 二胡クラブ
10	土		のびのびストレッチヨガ スポ少空手道 歌族の会 手あみ 親子 de エコクッキング教室
11	日	山の日	北田東町内会
12	月	振替休日	北田東町内会 寿会囲碁クラブ
13	火	事務室閉鎖	鵜飼様
14	水	事務室閉鎖	健康マージャン 鵜飼様
15	木	事務室閉鎖	鵜飼様
16	金		ヨガ・フィットネス
17	土	わくわくものづくり教室	アマル石けん作り
18	日		健康マージャン のびのびストレッチヨガ みっちゃんくらぶ
19	月	わいわいサロン	母衣っ子 マドンナFD 3B ジュニア かきかた 暮楽会 坪内様 スポ少空手道 ロイヤルマンション北田町2番館 更生保護女性会
20	火		なごやか卓球サークル リンパルダンス 英会話 母衣っ子 スポ少空手道
21	水		健康マージャン 城東児童クラブ(カフェ) カフェ OPサークル かきかた 詩吟城東 からだ元気塾
22	木		ADL 体操 アビカガーデン学園南 プルミア 陶芸 保育勉強会 篆刻クラブ 将棋教室 3B ママ
23	金		ヨガ・フィットネス 城東FD スポ少空手道 手あみ
24	土		学園1丁目 体操教室 スポ少空手道 手あみ 茶道サークル のびのびストレッチヨガ しらの様 スタッフ空彩
25	日		ザリステアンサングル ム太田パーティー 体協 あじさい句会 のびのびストレッチヨガ 南田町西区子ども会
26	月		3B 小山 マドンナFD スポ少空手道 新舞踊 かきかた グリーングラフ 寿会囲碁クラブ 坪内様 母衣っ子教室
27	火		カリア リンパルダンス スポ少空手道 英会話
28	水		健康マージャン カフェ かきかた 城東PC からだ元気塾
29	木	城東夏まつり反省会 松江二中 始業式	民児協 3B ママ 陶芸 城東児童クラブ(夏まつり)
30	金		ヨガ・フィットネス 城東FD スポ少空手道 フラワーアレンジメント
31	土		スポ少空手道 茶道サークル のびのびストレッチヨガ スポツリレーションズ協会 松江市FD連盟

※■の日は事務室を閉鎖しています。※都合により行事を変更する場合があります。

※事務室閉鎖日・夜間に公民館をご使用の方は事前に鍵をお渡ししますのでご来館ください。