

スポット城東 9月号 NO.482



公民館 HP ↑

松江市城東公民館 令和8年9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/>



令和8年7月28日に発生した、令和8年熊本地震により、熊本県を中心に大きな被害が発生しました。被災された皆様ならびに、そのご家族の皆様にご心よりお見舞い申し上げます。

被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

松江市では、「義援金箱」を設置し、被災地への支援を行っています。
城東公民館窓口でも「義援金箱」を設置しております。
多くの皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

設置期間 平日8:30~17:00 令和8年9月30日(水)まで



お知らせ

第46回城東文化祭を開催します！



日時: 10月31日(土) 9:30~16:00(予定)

場所: 城東公民館・母衣小学校地域交流スペース他

★詳細は次号チラシでご案内いたします★

作品
募集!



あなたの趣味を活かした作品を展示してみませんか？

「こんなものでもいいのかな・・・？」上手な作品でなくても大歓迎です♪

地域のみなさんの「好き」が詰まった展示作品を募集します。

どうぞお気軽にお申込みください🍀

- ① 内容: 手芸/切絵/工作/写真/絵画/木工などなんでもOKです♪
- ② 方法: 事務局(公民館 27-5680)へお電話ください。
- ③ お願い: スペースに限りがあるため、展示作品についてはご相談ください。

※万が一破損等した場合、その責任は負いかねますのでご了承ください



参加者募集

城東町民体育大会を開催します【主催:城東体育協会】

期日: 9月27日(日) 8:45~

会場: 母衣小学校 校庭 (雨天中止)

問合せ: 各町内会・自治会体育部長さんへお問合せください。

ティラノサウルス申込み
QRコード



昨年に続き町民体育大会で、**ティラノサウルスレース**を開催します！

▶開催日時 9月27日(日) 10:10 母衣小体育館下集合

※着ぐるみは各自でご用意ください。なお、半身が露出しているタイプは原則出場不可となります。

①開催クラス

・幼獣の部(小学生男女)・成獣の部(大人男女)

※両クラスとも開催時に申込みが6名以下の場合は中止します。

②参加資格

・城東地区にゆかりのある方で、ティラノサウルスの着ぐるみをお持ちの方
(購入は各自でお願いいたします)

③申込み方法

公民館で申込み用紙にご記入いただくか、QRコードを読み取ってお申込みください。



お知らせ

9月は『るるくる』強化月間です！



松江市 PR キャラクターおまっちゃん

～テーマは高血圧予防とけんしん受診～

9月を『るるくる』強化月間として、健康づくりの実践を応援します。心臓と血管を守る健康習慣として、**血圧を測る、脈を測る、けんしんを受ける**を健康づくりの第一歩として取り組んでみませんか？

*『るるくる』とは、「はかる」「つける」「きづく」「かわる」の4つのセルフチェックのステップで行う健康づくりです。



脈を測りましょう

脈の回数が多かったり少なかったり、不規則な時は、脳卒中や心不全の原因になる可能性があります。

ポイント！

- ①人差し指、中指、薬指をそろえて○の位置に置く
- ②15秒位脈拍を触れて、間隔が規則的か確認する
- ③大人の心拍数は1分間に60～100回程度が基準です



脈のイメージ図（例）

規則的な脈	●	●	●	●	●	●
不規則な脈	●	●	●	●	●	●

お問い合わせ先：松江市健康推進課 橋南グループ 0852-60-8156

参加者募集

乳幼児学級のご案内

ベビーくらぶ

～一緒に作ろう♪ 離乳食とママのごはん～

日時 10月13日（火）10：00～12：00

場所 城東公民館 研修室（和室）調理室

内容 離乳食講座

★ママのごはんも一緒に作ります♪
（講師：伊藤 孝子 様）

持ち物 母子手帳、エプロン

その他お子さんの飲物等各自必要な物

対象 0歳児を子育てしている親子

主催 城東地区社会福祉協議会



チャイルドくらぶ

～乳児院へ行ってみよう～

日時 9月17日（木）10：15～11：30

場所 松江赤十字乳児院（南田町 162）

内容 親子で秋の製作

★秋の飾りを作ってみましょう♪

参加費 無料

申込 9月8日（火）までに公民館へ

持ち物 タオル、飲みもの等各自必要な物

対象 1歳以上の家庭で保育をしている親子

主催 城東公民館



参加者募集

国宝 松江城マラソン 2026 ボランティア募集

12月に「国宝松江城マラソン」が開催されます。大会実行委員会では選手たちをサポートする住民ボランティアを募集しています。城東地区を駆け抜ける選手たちを応援して大会を盛り上げませんか？

●実施日 12月6日（日） 雨天決行

●内容 走路員、整理員、エイドステーション（給水・給食）、受付、救護他

●支給品 昼食費 1000円、ジャンパー・帽子

●募集対象者 中学生以上、城東地区住民の方 20名程度

●申込み先 9月30日（水）までに城東公民館（☎27-5680）へ以下の内容をお知らせ下さい。

①お名前 ②〒住所 ③電話番号 ④年代 ⑤性別

●備考 ・申込者には大会実行委員会から事前説明会（ボランティア研修）の案内が届きます
詳しくは「国宝松江城マラソン 2026 公式 HP」をご確認ください。

＜問い合わせ先：国宝松江城マラソン実行委員会事務局 0852-22-7878＞



お知らせ

令和8年秋の全国交通安全運動

運動期間 9月21日（月）～30日（水）までの10日間

重点要項

- ① ＜歩行者＞歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進。
 - ② ＜自転車＞夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
 - ③ ＜自転車＞自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルール理解・遵守の徹底
- 【城東地区交通安全対策協議会・城東地区交通安全協会】



ご報告

城東夏まつりを開催しました！

7月25日に城東夏まつりを開催しました！とにかく暑かった今年の夏まつり！それでも会場にはたくさんの方が集まり、ステージでは大学生の楽しい漫才や、素敵な歌声、けん玉名人の華麗なけん玉ショーに子どもも大人も大盛り上がりでした♪
美味しい食べ物や楽しいゲームに笑顔いっぱいお腹いっぱい♪暑さを吹き飛ばすにぎやかな夜となりました。

ご来場いただいた皆様、運営にご協力いただきました地域の皆様、学生ボランティアの皆さんありがとうございました！



松江市より

「松江市公民館職員採用試験について（事前のお知らせ）」

令和9年4月採用予定の「松江市公民館職員」を9月から募集予定です。
生涯学習や地域づくりにご興味のある方は、是非お申し込みください。

※キャリア形成のため、令和9年4月1日時点で40歳未満の方が対象です。その他の受験資格、試験内容などの詳細は募集要項にてご確認ください。

【募集要項の公開予定】

松江市ホームページへの掲載および松江市内の各公民館での掲示により、9月から順次公開を開始いたします。

≪松江のオモシロ ヒト・コト・モノに出会えます！！≫
皆様のご応募を、心よりお待ちしております。



【問合せ先】 松江市生涯学習課（松江市公民館運営協議会連合会人事委員会事務局）
TEL：0852-55-5289（直通）

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した。

故人様のご冥福を衷心よりお祈り申し上げます。
(8月24日現在)

藤田 雅代 様(福山市)



秋季 クリーンまつえ

一斉収集日

10月25日(日)

8:30収集開始

【運動期間】

10月10日(土)～10月25日(日)

地域の実情に合わせて実施日を決めてください。

*詳細は回覧チラシをご覧ください。



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。

9月の行事予定

令和8年8月24日現在受付分

日	曜	行 事	館使用予定団体
1	火	青パト	太極拳 なごやか卓球 柳エンタゲッス ティンクルアップ
2	水		健康マージャン 3B 小山 かきかた からだ元気塾
3	木		ADL 体操 3B ママ 陶芸 ピースヨガ
4	金	文化部会	ヨガピラティス サークルいきいき 城東FD チェリッシュ 手あみ マザーズスマイル 二胡クラブ 島大混声合唱団
5	土		島根県退職校長園長会 体操教室 城東保育所親子会 手あみ 茶道 のびのびストレッチヨガ 中田様
6	日		健康マージャン リッキー
7	月		更生保護女性会 フィット初タイチー 3B ジュニア 3B 古藤 パワーフルツメット つぼうち様 島根県退職者会松江支部 ロイヤルソシヨ北田町管理組合
8	火	ベビーくらぶ	カリアコース 柳エンタゲッス 暮楽会
9	水		健康マージャン さんさん体操 かきかた 城東 PC 詩吟城東 からだ元気塾
10	木		ふらっと 3B ママ 陶芸 表装・篆刻クラブ 将棋教室 ピースヨガ ラボ太田
11	金	文化祭実行委員会	ヨガピラティス 3B 小山 城東FD 言葉を育てる親の会 オカリナ マザーズスマイル
12	土	城東すくすく食堂	スリープ 体操教室 山下様 手あみ
13	日		北田東町内会 リッキー のびのびストレッチヨガ
14	月		ふらっと 新舞踊く マドンナFD かきかた 寿会囲碁 3B 古藤 ピースヨガ つぼうち様
15	火		太極拳 なごやか卓球 柳エンタゲッス
16	水		健康マージャン 3B 小山 さんさん体操 チェリッシュ OP かきかた からだ元気塾 母衣小茶道クラブ
17	木	チャイルドくらぶ 社協理事会	ADL 体操 3B ママ ふらっと 陶芸 すぎな会 ピースヨガ ラボ太田
18	金		ヨガピラティス 3B 小山 城東FD 手あみ
19	土		体操教室 アトリエ 手あみ 茶道 のびのびストレッチヨガ
20	日		健康マージャン リッキー 行政書士無料相談会
21	月	敬老の日 	新舞踊 暮楽会 ピースヨガ
22	火	国民の休日	
23	水	秋分の日	健康マージャン
24	木		民生児童委員協議会 3B ママ 陶芸 表装・篆刻クラブ パワーフルツメット 将棋教室 ラボ太田
25	金		ヨガピラティス サークルいきいき 城東FD オカリナ 言葉を育てる親の会
26	土		体操教室 山下様 手あみ 茶道 のびのびストレッチヨガ スケッチ空彩
27	日	城東地区町民体育大会	北田西町内会
28	月		グリーンアップ生協 新舞踊 マドンナFD 3B ジュニア かきかた チェリッシュ 寿会囲碁 3B 古藤 ピースヨガ つぼうち様 フィット初タイチー
29	火		太極拳 なごやか卓球 柳エンタゲッス 松江井上松声会
30	水		健康マージャン さんさん体操 OP かきかた 詩吟城東 からだ元気塾

※■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。