

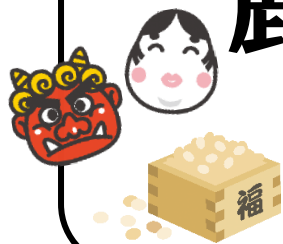
# 鹿島公民館だより 2月号

松江市鹿島公民館 令和4年2月発行

〒690-0332 松江市鹿島町佐陀本郷 640-1

TEL: 0852-55-5716 ・ 55-5707

Fax: 0852-55-5718 E-mail: [kashimak@mable.ne.jp](mailto:kashimak@mable.ne.jp)



第2回  
健康寿命アップ講座

## 「フレイル予防セミナー」

～健康への近道！知って納得、食事のとり方～



毎日の食事、好みや習慣でついつい偏りがちになっていませんか。あなたの気になる食生活を見直すチャンスです。実際に“フレイルチェックシート”を使って、健康を保つ食事のとり方や生活全般についてアドバイスいただきます。

皆様のご参加をお待ちしております！

- \*日 時 2月22日(火) 10時～11時30分
- \*会 場 鹿島公民館 2階 正庁
- \*講 師 日本調剤松江薬局 管理栄養士 古志野 友絵さん
- \*定 員 50名(定員になり次第締め切ります)
- \*その他
  - ・参加費不要
  - ・必ずマスク着用ください。
  - ・体調のすぐれない方はご遠慮ください。
- \*申込み・問合せ 鹿島公民館 TEL: 55-5716  
mail: [kashimak@mable.ne.jp](mailto:kashimak@mable.ne.jp)

日本調剤からお試し品の  
プレゼントもあります！



## 2月&3月「かしまパンピクラフ」

- \*日 時 2月3日(木) 10:00～11:30
- \*場 所 鹿島公民館 2階 正庁
- \*内 容 ①親子で楽しく遊ぼう！～3B体操～  
講師: 栢野 和美さん  
(島根県レクリエーション協会)  
②節分豆まき  
“鬼はそと～！福はうち～！”  
③2月のお誕生日会
- \*参加費 1家族200円
- \*申込み〆切 2月1日(火)まで

- \*日 時 3月3日(木) 10:00～11:30
- \*場 所 鹿島公民館 2階 正庁
- \*内 容 「閉講式」  
① ひな祭り会  
ゲスト: おはなしびっくりばこ  
② ひな祭り飾り  
&手形足形アートづくり  
③ 3月のお誕生日会
- \*参加費 1家族300円
- \*申込み〆切 3月1日(火)



【申込み先 鹿島公民館 (電話 55-5716、E-mail: [infokashimak@mable.ne.jp](mailto:infokashimak@mable.ne.jp))】

# 市民憲章かるた大会予選会結果発表

12月27日(月)に市民憲章かるた大会予選会を行いました。鹿島町内の小学生11名が参加し、熱戦が繰り広げられました。上位9名が参加予定だった1月22日の中央大会は中止となりましたが、子どもたちは良い思い出になりました。



《低学年》



《中学年》



《高学年》

## 予選会結果発表



### 《低学年の部》

- \*1位 佐々木環名さん
- \*2位 桑谷湊史さん
- \*3位 金田環那さん

### 《中学年の部》

- \*1位 佐々木亮輔さん
- \*2位 臼井孝依さん
- \*3位 栗谷希安さん

### 《高学年の部》

- \*1位 浜村優衣さん
- \*2位 乾 海風さん
- \*3位 濱岡美月さん



お手伝い頂きましたスタッフの皆様ありがとうございました。

## 令和3年度「松江市生活環境保全功労者表彰」

## おめでとうございます

令和3年度「松江市生活環境保全功労者表彰」を金崎紀子さん(御津地区)が受賞されました。「花いっぱい運動」や「ゴミ分別啓発活動」など、地域の環境美化や生活環境の保全に大きく貢献されたことが評価されました。受賞おめでとうございます。



## “私たちがこころを込めてつくりました！” ～シトラスリボン プロジェクト～

シトラスリボンはコロナ禍の不安を差別や偏見につなげないように、また医療や介護などで生活を支えてくださる人たちに感謝の気持ちを表すシンボルマークです。

1月17日、鹿島町消費者問題研究会(会員12人)の井上美代子会長がコロナ禍でもみんながあたりで支えあい、安心して暮らせるまちをめざそうと、同研究会で手作りしたシトラスリボン(200個)を鹿島公民館に寄贈されました。

リボンは鹿島公民館で無料配布しています。シトラスリボンをつけて、コロナに負けないやさしいこころの輪を広げましょう。



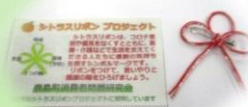
《リボンを贈呈する井上美代子会長》



表が「口」、裏が「十」で、願いが叶う「叶結び」(かのうむすび)で作られています。

### 鹿島町消費者問題研究会

鹿島町消費者問題研究会は、消費生活の安全向上を目的として、消費生活に関する幅広い知識を身につけ、賢い消費者になるために、各種の取り組みを行っています。





## 第4回鹿島歴史探索ウォーキング

今年は手結の“津上神社”をめざしウォーキングします。田中館長の地域にまつわるお話もあります。皆様のご参加お待ちしております！

☆日 時：3月6日(日) 9時～11時

※集合場所：鹿島総合体育館

※小雨決行。悪天候時は鹿島公民館内で  
レクゲーム&スポーツ！



☆コース：手結地区

～鹿島総合体育館⇄津上神社・禅慶院(往復約7km)～

☆参加費：1人 200円

☆持ち物：飲み物、帽子、タオル、雨具



参加賞あるワ～♪

《申込み・問合せ先》

3月1日(火)までに鹿島公民館へ申込みください。

【電話：55-5716 fax:55-5718】

## \*健康体操講座\*

○日 時 2月16日(水)

10:00～11:00

○会 場 鹿島公民館 3階 301 会議室

○内 容

- ・主に音楽を聞きながらの運動
  - ・楽しく歌う口腔体操
  - ・記憶力アップ(認知症予防)に効果的
- ※申込・参加費は不要です。

## ご寄付御礼

下記の方々より寄付をいただきました。  
ご厚意に対し厚く御礼申し上げます。  
鹿島地区社会福祉協議会

<香典・玉串料返し> (1月18日現在)

青山	佳寛様	(武代)
井上	章様	(手結)
平塚	智博様	(佐陀本郷)
藤井	満弘様	(東朝日町)
野津	元秀様	(佐陀本郷)
森	孝明様	(武代)
中村	頼史様	(南講武)

※ご寄付のお手続きは鹿島公民館事務室で  
行っております。

## 「かしまほっとクラブ」

～男性介護者交流会～

男性で、大切な方を介護しておられる方や、これから介護を学びたい方、お一人暮らしの方などの交流会「かしまほっとクラブ」を開催しております。

第4回目は、毎年、好評いただいている『そば打ち』を行います。打ちたての美味しい“節分そば”を作りませんか。

そしてこの日は、バレンタインデー♪チョコのプレゼントもあります！

お気軽にご参加ください。



\*日 時 2月14日(月)

9時30分～11時30分

\*会 場 鹿島公民館 1階 調理室

\*内 容 そば打ち

※打ったそばは持ち帰ります。

\*持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル

\*参加費 1人500円(材料代等)

\*申込み 2月9日(水)までに鹿島公民館  
(電話55-5716)へ。

## 地区社協より2月「なごやかカフェ」日程のお知らせ

◇えともなごやかカフェ

\*2月お休み

◇カフェおしま

\*2月・・・検討中

場所：御津交流館

◇昭栄なごやかカフェ

\*2月20日(日) 10時～11時30分

場所：昭栄集会所

◇カフェみどりの風

\*2月20日(日) 10時～12時

場所：深田集会所

《休会のカフェは以下の通りです》

◆カフェしおかせ ◆てむすびカフェ

【※1月18日(火)現在】





# 2月の行事・館使用予定



1	火		15	火	令和4年度の住民税（市県民税）申告相談 （古浦・手結）
2	水		16	水	健康体操講座 （3階301会議室） （上講武・佐陀宮内 武代・昭栄）
3	木	かしまバンビクラブ（正庁） 本貸出日	17	木	本貸出日 （北講武・佐陀本郷 片句）
4	金		18	金	子ども佐陀神能教室 （3階ホール） （南講武・名分 御津・恵曇）
5	土		19	土	
6	日		20	日	
7	月		21	月	
8	火		22	火	第2回健康寿命アップ講座（正庁）
9	水	移動図書館（旧恵曇交流館・鹿島公民館）	23	水	天皇誕生日
10	木	成人部 みそづくり教室（調理室） 本貸出日	24	木	本貸出日
11	金	建国記念の日	25	金	移動図書館（ふれあい館・御津交流館）
12	土		26	土	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>《お知らせ》</p> <p><b>2月11日（鹿島ふれあい館 御津交流館）、23日（旧恵曇公民館 鹿島公民館）の松江市立図書館移動図書館巡回は、祝日のためお休みです。</b></p> </div>
13	日		27	日	
14	月	かしまほっとクラブ（調理室）	28	月	



**鹿島地区コミュニティバス利用促進協議会のお知らせ**

令和3年12月利用状況

利用者数 715人

1便あたり 1.27人

松江市では、コミュニティバスの運行基準を1便あたり2人乗車と定めていますので、皆様の更なるご利用をお願いします。

※公民館では事業実施にあたり、記録・広報用・ホームページ掲載用に写真を撮影しています。ご了承ください。

※公民館だよりは、ホームページでもご覧いただけます。