

鹿島公民館だより 5月号

松江市鹿島公民館 令和4年5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

～職員 人事異動のお知らせ～

転出 山野 典子 (八雲公民館へ)

新任 山田 弘子 (法吉公民館より)

異動のごあいさつ

この度の人事異動で、八雲公民館へ異動することとなりました。平成29年度から5年間、皆様にはいつも優しく声をかけていただき、毎日楽しく勤務することができました。また、鹿島町の様々な事業を通し、素敵な出会いと経験をさせていただき、感謝の気持ちでいっぱいです。鹿島町の益々のご発展と皆様のご多幸をお祈り申し上げます。本当にありがとうございました。 山野 典子

着任のごあいさつ

4月より鹿島公民館で勤務させていただいております、山田弘子です。法吉公民館より異動してまいりました。

地域のみなさんといっしょに楽しく活動していきたいと思っております。

どうぞよろしくお願いいたします。

山田 弘子



今年度も下記の教室・サークルの皆さんが鹿島公民館等で、和気あいあいとサークル活動をしています。

また、新規の教室・サークルも随時募集しています!!

鹿島公民館で仲間づくりや学び・健康作りなど、楽しく活動しませんか。

【お問合せ先】鹿島公民館 ☎55-5716 <<令和4年4月現在>>

名称	内容	活動場所	活動日時
華つばみ	日本舞踊	鹿島公民館	第2・4土曜日 20:00～22:00
レイフラワー 鹿島	フラダンス	鹿島公民館	第1・3金曜日 13:30～15:30
鹿島町国際交流会	英会話	鹿島公民館	学期制(7回)火曜日 19:30～21:00
佐楽太倶楽部	鹿島町内イベントへの参加	鹿島公民館	不定期(年数回)
おはなしびっくりばこ	乳幼児の保育補助活動	鹿島公民館	不定期(年数回)
鹿島町囲碁クラブ	囲碁	鹿島公民館	第2・4金曜日 13:00～17:00
鹿島民謡同好会	民謡	鹿島公民館	第2・4木曜日 19:30～22:00
芙蓉の会	日本舞踊	鹿島公民館	第1・3・4木曜日 13:30～16:00
詩吟教室	詩吟	鹿島公民館	第2・4月曜日 13:30～15:30
水墨画教室 ミント	水墨画教室	鹿島公民館	第3月曜日 14:00～17:00
鹿島はまゆう	フォークダンス	鹿島公民館	毎週月曜日 13:30～15:00
七宝教室	七宝焼	鹿島公民館	第1・3金曜日 12:30～16:30
日本舞踊教室「椿会」	日本舞踊	鹿島公民館	第1・2・3水曜日 9:30～11:30
陶芸教室 いちご会	陶芸	ふれあい館	月1回 10:00～15:00
民謡つつじ会	民謡	鹿島公民館	毎月1日・16日 20:00～22:00
鹿島マナーウォーキングクラブ	ウォーキング	館外	毎月第2月曜日 8:30～15:00
3B体操	3B体操	鹿島公民館	毎週木曜日 20:15～21:30
鹿島 PRINCESS	3B体操	鹿島公民館	第1・2・4火曜日 10:00～12:00
陶芸教室さくら会	陶芸	ふれあい館	第2水曜日 9:30～15:30
卓球クラブ	卓球	鹿島公民館	毎週火曜日 13:30～16:30
女性セミナー(ミモザ)の会	手芸・園芸・料理・研修等	鹿島公民館	不定期

ゴーヤ苗配布のご案内 ～グリーンカーテンでCO2削減・節電～

◇ 日時 5月19日(木) 14時～

◇ 場所 鹿島公民館 正面玄関前

※お一人様 4本まで

数に限りがありますので、なくなり次第終了します。



まつえ環境市民会議では、地球温暖化防止の取り組みとして、ゴーヤをはじめとした植物によるグリーンカーテンを推奨しています。

鹿島公民館施設利用について

鹿島公民館でサークル・教室活動をしませんか。
ぜひご利用ください！



*開催日の2か月前から受け付けます。申し込みは、公民館窓口かお電話でお申し込みください。

【使用許可申請書】

*使用する3日前までに鹿島公民館へ使用許可申請書を提出してください。

*夜間・休日等の利用のしかたは、窓口で説明いたします。

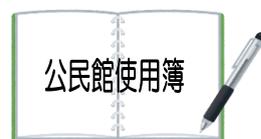
【使用后】

*使用した後は掃除・消灯・戸締りの確認。調理室を利用した場合は、ガス元栓の確認をお願いします。

*備品を使用した場合は必ず元の位置へ戻し、ゴミ等出た場合は各自でお持ち帰りください。

【公民館使用簿の記入】

*利用代表者の方は、公民館事務室前の「公民館使用簿」に必要事項の記入をお願いします。



鹿島公民館 ご利用にあたって

新型コロナウイルス感染症対策のため、以下の点をご確認の上、施設の利用をお願いします。



1. ご利用の前

・体調が悪い方、発熱、咳、のどの痛み等の症状のある方は、参加をご遠慮ください。

2. ご利用中

・「密閉」「密集」「密接」を避け、定期的に換気を行い、マスク着用と手洗いや手指消毒をしてください。

3. 利用者名簿の作成について

・利用にあたって、利用者名簿をご提出ください。参加された方の中に感染者が出た場合には、その他の参加者（感染者以外）に対して連絡を取り、症状の確認等を行うことがあります。

4. その他

・提出いただいた参加者名簿は新型コロナウイルス感染拡大が発覚した場合のみ、関係機関へ情報提供をさせていただきます。目的以外で使用することはありません。

・施設の設備（机・椅子等）については職員が定期的に消毒を行いますが、利用団体で使用された部屋及び備品は、利用団体の皆様も消毒、清掃にご協力ください。利用団体で保管されている用具は各自で衛生管理をお願いします。

・当面の間、公民館（全室）での飲食はご遠慮いただきます。ご理解とご協力をお願いします。

・今後の新型コロナウイルス感染拡大状況によって、対応を変更させていただく場合があります。



換気しよう

新型コロナウイルス感染症の拡大のなか、感染した方や、その関係者などに対する誤った情報や認識に基づく、インターネットやSNSでの誹謗中傷、うわさ話など心ない言動が広がっています。こうした情報をむやみに転載・拡散することなく、市や県などの公的機関が発信する情報に基づき人権に配慮した冷静な行動をとりましょう。



かしまバンビクラブ



かしまバンビクラブは、子どもと一緒にお父さんやお母さんが集まって、いろいろな体験や遊びを通して、仲間作りや子育てについて楽しく学べる場です。子育てのリフレッシュに、ぜひご参加ください！



◇日時：5月19日(木) 10時～11時30分

◇場所：鹿島公民館 2階 正庁

◇内容：開講式 ◇参加費：親子で200円

※コロナ感染拡大状況により、中止する場合があります。

※初めて参加される方は、**5月13日(金)**までに鹿島公民館へお申し込みください。

(☎55-5716・infokashimak@mable.ne.jp)



詳しい内容は、ホームページ等でお知らせします。



新型コロナウイルスに負けない体づくり ～規則正しい生活を心がけよう～

食事・お口のケア

食事は量より質(栄養バランス)が大切です。一日三食、主食・主菜・副菜がそろった食事をできるだけ心がけましょう。また、お口を清潔に保つことは、感染症予防になります。毎食後、寝る前に歯磨きをすること、よく噛んで食べ、会話をする機会を増やし、お口まわりの筋肉を保つことが大切です。

適度な運動

外出自粛に伴い、身体活動が減ることでフレイル(心身の活力低下)が進むことがあります。フレイル予防のために自宅でもできる運動をしましょう！

適度な睡眠

質の良い睡眠はストレスを軽減させ、免疫力を高めると言われています。以下を心がけ質の良い睡眠をめざしましょう。

- ①外出しなくても通常と同じ時間に起きる
- ②朝起きたらまず日光にあたる
- ③就寝前にスマホやパソコンなどの利用は控える
- ④就寝前のお酒、カフェインの摂取は控える
- ⑤「寝だめ」は体内リズムが崩れるのでやめる

健康に関する相談がありましたら、地区担当保健師までお気軽にご相談ください！

お問い合わせ先：鹿島支所市民生活課 55-5706

☆講武・御津地区
みしま ひな子



☆恵曇・佐太地区
まつばら 松崎 佳澄



地区社協より5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

*5月12日(木) 10時～11時30分

場所：恵曇集会所

◇カフェおしま

*5月 検討中

場所：御津交流館

◇カフェしおかぜ

*5月 検討中

場所：古浦集会所



◇昭栄なごやかカフェ

*5月15日(日) 10時～11時30分

場所：昭栄集会所

◇カフェみどりの風

*5月15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≫

◆てむすびカフェ

【※4月19日 現在】



ご寄付御礼

＜香典・玉串料返＞

(4月19日現在)

※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。

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

山本 祐司 様 (恵曇)	中村 清子 様 (武代)
川上 満 様 (古浦)	青山 晴紀 様 (恵曇)
青山 善之 様 (古浦)	



5月の行事・館使用予定



1	日		17	火	
2	月		18	水	なごやかおとこ熟
3	火	憲法記念日 	19	木	かしまバンピクラブ（正庁） ゴーヤの苗配布 川から海へ大航海参加団体説明会 本貸出日
4	水	みどりの日 	20	金	
5	木	こどもの日 	21	土	
6	金		22	日	
7	土		23	月	
8	日		24	火	
9	月		25	水	
10	火		26	木	福祉推進員代表者会（正庁） 本貸出日 
11	水		27	金	 <p>お知らせ 5月の移動図書館 はお休みです</p>
12	木	本貸出日 	28	土	
13	金	子ども佐陀神能教室 役員会 子ども佐陀神能教室（3階ホール）	29	日	えびす・だいこく 100 km マラソン
14	土		30	月	
15	日	川から海へ大航海 準備	31	火	
16	月	鹿島地区社会福祉協議会 理事会 鹿島公民館運営協議会 総会			

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4年3月利用状況

利用者数 700人

1便あたり 1.23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。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、事業を中止・延期する場合があります。
ご了承ください。

※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。

