

鹿島公民館だより 4月号

松江市鹿島公民館 令和8年4月発行

〒690-0332 松江市鹿島町佐陀本郷 640-1

TEL : 0852-55-5716

Fax : 0852-55-5718 E-mail : kashimak@mable.ne.jp

～鹿島町の人口～

5,528人(前月比: +1)

～鹿島町の世帯

2,606世帯(前月比: Δ5)

(令和8年 2月末現在)

3つの cha(チャ)・cha(チャ)・cha(チャ)

先日、町内のある小学校の『6年生を送る会』を見に行った時のことです。送る会も大詰めを迎え、6年生がくす玉を割る場面を迎えました。6年生が心を一つにして割ったくす玉の中の垂れ幕には、「6年生のみなさん、みなさんの合言葉だった3つの cha(チャ)・cha(チャ)・cha(チャ)で中学校でもしっかり頑張ってください」とう在校生からのメッセージが書いてありました。

私はこのメッセージの意味がよく分からなかったので、6年担任の先生に尋ねてみると、「3つの cha は、**chance** (チャンス・何かを達成するためのよい機会)、**challenge** (チャレンジ・挑戦)、**change** (チェンジ・変わる) の cha (チャ) なんですよ。」と教えていただきました。なるほど、また一つ勉強になりました。

私はさっそくこの3つの cha・cha・cha を今後の鹿島公民館に当てはめてみることにしました。まず、**chance** (チャンス) です。開設して丸10年を終え一区切りつけた鹿島公民館は、新しいことに **challenge** (チャレンジ) するまたとない **chance** (チャンス) です。どんなことにどのように **challenge** (チャレンジ) し、どのように **change** (チェンジ) していくのか。町民のみなさんの期待や思いをお聞きし、それをもとに公民館運営協議会でしっかりと知恵を出し合って議論し、期待にお応えできるよう努力したいと思います。どうぞよろしくお願いたします。

田中 藤一郎

令和8年4月1日付で、職員の異動がありましたのでお知らせいたします。

退職 嘱託 山田 弘子

新任 主事 竹下 直樹 (新規採用)

《退職のご挨拶》

令和4年から4年間、鹿島地区のみなさまとともに福祉活動、まちづくりや生涯学習に携わらせていただきました。短い間でしたが、大変有意義な貴重な時間を過ごさせていただき、関わってくださったすべてのみなさまに感謝申し上げます。どうぞ、これからもお元気でご活躍されますことを心よりお祈りいたします。ありがとうございました。

山田 弘子



鹿島公民館 サークル活動の紹介

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

名 称	内 容	活動場所	活動日時
華つぼみ	日本舞踊	鹿島公民館	不定期
アイ.ワ.ルル.カ.マニ	フラダンス	鹿島公民館	第2・4水曜日・第1・3土曜日 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)
鹿島民謡同好会	民謡	鹿島公民館	第2・4木曜日 19:00~21:00
もみじ会	日本舞踊	鹿島公民館	第1・3木曜日 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	第1・3火曜日 14:00~15:30
七宝教室	七宝焼	鹿島公民館	第2・4金曜日 13:00~16:00
陶芸教室 いちご会	陶芸	ふれあい館	不定期
3B体操	3B体操	鹿島公民館	毎週木曜日 20:15~21:45
鹿島 PRINCESS	3B体操	鹿島公民館	第1・2・3火曜日 10:00~12:00
すこやかマリン	3B体操	鹿島公民館	第2・4金曜日 10:00~12:00
陶芸教室さくら会	陶芸	ふれあい館	第1月曜日 9:30~14:30
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	もの作り・研修 等	鹿島公民館	不定期





図書室からお知らせ



《図書室 利用日》

開館時間：平日 9:00～16:30

貸出し日：毎週木曜日

貸出し時間：10:00～12:00・13:00～15:00

休館日：土・日・祝日・お盆・年末年始

貸出期間：2週間、2冊まで



夏休みや冬休みなど、図書室横の「学習室」をご利用ください。冷暖房完備で静かな場所で、宿題・自主学習もできる環境です。【図書室・学習室を利用される方は、公民館窓口へ声をかけてください。】



わいわいサロン(乳幼児健康相談)を行います!

日にち:4月14日(火)

時間:10:00～11:30

場所:鹿島公民館 1階八重垣(和室)

持ち物:母子健康手帳、バスタオル

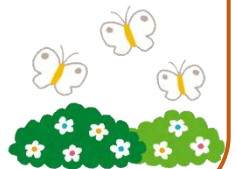


★時間内でご都合の良い時間におでかけください。

★詳細は松江市ホームページをご確認ください。

問い合わせ先:鹿島支所 ☎55-5706

松江市ホームページは
ココからチェック! ▶

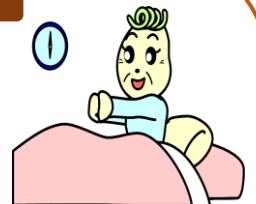


健康ニ情報

よい睡眠で心も体もリフレッシュ



毎日の睡眠は、体と心を回復させる大切な時間です。睡眠が不足すると、集中力や記憶力の低下、免疫力の低下など、さまざまな不調につながります。



《良い睡眠のポイント》

1. 寝る時間と起きる時間をそろえる
休日でもできるだけ同じリズムで過ごしましょう。
2. 寝る前はスマホやパソコンを控える
ブルーライトは脳を覚醒させ、眠りを浅くします。
3. 夕方以降のカフェインは控える
コーヒー・紅茶・エナジードリンクは眠りを妨げます。
4. 軽い運動やストレッチでリラックス
深い眠りにつながります。

《睡眠時間の目安》

小学生:9～11時間 ・ 中学生:8～10時間
成人:7～9時間

《ひとこと》

「眠れない…」と感じる日があっても大丈夫。焦らず、深呼吸や読書などで心を落ち着けましょう。質の良い睡眠は、毎日の小さな習慣から生まれます。

文責：鹿島支所保健師

ご寄付御礼

<香典・玉串料返し>

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。

宮廻 るり子 様 (北講武)

鹿島地区社会福祉協議会

※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。

(令和8年3月16日現在)



4月の行事・館使用予定



1	水		16	木	本貸出日
2	木	本貸出日	17	金	
3	金		18	土	
4	土		19	日	
5	日		20	月	
6	月		21	火	
7	火		22	水	移動図書館（旧恵曇交流館・鹿島公民館）
8	水	移動図書館（旧恵曇交流館・鹿島公民館）	23	木	本貸出日
9	木	本貸出日	24	金	移動図書館（鹿島ふれあい館・御津交流館）
10	金	移動図書館（鹿島ふれあい館・御津交流館）	25	土	
11	土		26	日	
12	日		27	月	
13	月		28	火	
14	火		29	水	昭和の日
15	水		30	木	本貸出日

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8年2月利用状況

利用者数 628人

1便あたり 1.93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。



松江市鹿島公民館

