

令和8年
7月号

公民館だより **こしばら** No.355

発行:松江市古志原公民館 総務部

〒690-0012 松江市古志原四丁目6-30【TEL】26-4436【FAX】21-4446

【MAIL】kosik@mable.ne.jp【ホームページ】松江市公民館 で検索

※ 公民館の活動写真を広報誌やHP等に掲載させていただく場合がありますので、ご了承ください。

第30回 古志原地区ふるさとまつり

【日時】7月26日(日) 10:00~16:00 【場所】古志原公民館

- ◆ 10:00 おまつりスタート
- ◆ 10:30 サマーフェスタinこしばら(発表など)
- ◆ 15:30 お楽しみ抽選会
- ◆ 16:00 終了

※ 詳しくは、今月全戸配布のチラシ(抽選券付)をご覧ください。



こしばらカフェひだまり

成人部の皆さんが中心となって、飲み物をご用意してお待ちしています。どなたでもお気軽にお越しください。

日時 7月8日(水) 10:00~11:30

☆ お好きな時間にお越しください

場所 古志原公民館 古友館



【メニュー】 コーヒー、紅茶、抹茶(お菓子付き) 各 100円

シヨップみけねこ クッキー販売 1個 170円

カフェのボランティアスタッフを募集しています。興味のある方は、スタッフまたは公民館までお問い合わせください。

お楽しみイベント

- ◆ 昔の写真を見て楽しもう
(回想法)

- ◆ クイズを楽しもう



講師:松南第1地域包括
支援センター職員

布の絵本であそぼう

日時 7月14日(火) 10:00~11:30

場所 古志原公民館 1階 和室

☆ たくさんのおもちゃで自由にあそびましょう

☆ 貸し出しも行っています

予約は不要です

ご都合の良い時間
にお越しください

布の絵本教室「布遊(ふゆう)」

一緒に布の絵本を作ってみませんか

活動日:第1・3水曜日 午後

【問合せ】古志原公民館 ☎ 26-4436



▲タペストリー「七夕」

『笑いヨガ』で免疫力アップ

笑うことで脳の活性化、血行促進、自律神経のバランスが整います。
みんなで笑って楽しく健康になりましょう！

☆日 時：**8月6日(木) 10:00~11:00**

☆講 師：日本笑いヨガ協会 笑いヨガリーダー 伊藤八恵さん

☆場 所：古志原公民館 2階 6号室

☆持ち物：飲み物、タオル

☆定 員：25名程度

☆申込み：**先着順** 8月3日(月)までに
公民館 (☎ 26-4436) へ

☆その他：動きやすい服装でご参加ください



古志原地区フレイル測定会 これからも元気に過ごしたいあなたへ!! 体の「今」を知ろう

「フレイル」とは、加齢に伴い心身機能が衰えた「虚弱」状態のことです。早めに気づき、生活習慣を見直すことで健康な状態に戻ることもできます。ぜひこの機会に健康状態をチェックしてみませんか。

日 時 **7月29日(水) 14:00~15:30** (受付 13:50~14:00)

場 所 古志原公民館

参加費 無料

内 容 ☆ フレイル測定 (身体測定、握力測定、5m歩行、指輪っかテスト、立ち上がりテスト)

☆ 医療専門職によるミニ講話 (リハビリテーション専門職、管理栄養士、歯科衛生士、保健師)

対 象 65歳以上の方

持 ち 物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物

定 員 30人 (先着順)

申 込 7月22日(水)までに古志原公民館へ ☎ 26-4436



古志原地区健康まつえ21推進隊、松南第一包括支援センター、松江市健康推進課

古志原地区交通安全対策協議会から 夏の交通事故防止運動のお知らせ

夏は、行楽や帰省などで交通量が増えるほか、暑さによる疲れや気の緩みから交通事故が起こりやすい時期です。
また、夏休み期間中は、子どもが関係する交通事故にも注意が必要です。

一人ひとりが交通ルールを守り、思いやりのある運転や安全な歩行を心がけ、交通事故防止に努めましょう。

【運動の期間】 令和8年7月13日(月)から7月22日(水)までの10日間 一斉行動日 7月13日(月)

【運動の重点】

- ① こどもと高齢者の交通事故防止
- ② 前方注意や安全確認の徹底等基本的な安全運転の励行
- ③ 飲酒運転の根絶
- ④ 自転車利用時のヘルメット着用をはじめとする被害軽減対策の徹底



7月 わんぱく教室

日時 7月2日(木) 10:00~11:30頃
会場 古志原公民館 2号室
内容 夏まつり
問合せ 古志原公民館 ☎26-4436



☆ 会員の方には、別途ご案内しております。

7月 図書貸出日のお知らせ

4日(土) 10:00~11:30

6、13、27日(月) 15:00~17:00



- 1人につき5冊まで、2週間借りることができます。
初めてご利用される際は、申込書の記入をお願いします。
- 返却日に来られない場合は、公民館玄関に設置している返却箱をご利用ください。その際は、「返却カード」を記入し、本にはさんで返却してください。

行政書士 無料相談会

7月5日(日) 13:00~15:00

古志原公民館 2階 5号室

- 島根県行政書士会所属の行政書士が、1~2名で相談に応じます。
- 時間調整のため、事前にご予約ください。

予約電話: 40-2371 担当: 梶谷

香典返し ご寄付御礼

川口 智 様 (古志原七丁目)

《故》 川口 長八 様

松本 滝美 様 (古志原二丁目)

《故》 松本 満 様

小笠原 一雄 様 (古志原七丁目)

《故》 小笠原 泰枝 様

竹田 彰 様 (古志原五丁目)

《故》 竹田 環枝 様

梶谷 達也 様 (古志原一丁目)

《故》 梶谷 洋子 様

岩竹 俊明 様 (古志原二丁目)

《故》 岩竹 静雄 様

小西 正弘 様 (一の谷町)

《故》 小西 富夫 様

寄付者匿名

《故》 大野 富代 様 (古志原七丁目)

謹んで御礼申し上げます。

故人のご冥福を衷心よりお祈り申し上げます。

(5月25日~6月15日受付分)

古志原公民館からのお知らせ

■ 受付時間について

公民館の窓口及び電話による各種受付業務は、平日 9:00~17:00とさせていただきます。
ご理解とご協力のほど、お願いいたします。

■ 事務室閉室について

下記日程で公民館の事務室を閉室させていただきます。閉室期間に公民館を利用される団体の方は、
事前に鍵を取りにお越しください。ご迷惑をおかけしますが、何卒よろしくお願い申し上げます。

- 7月10日(金)12:00以降: 松南ブロック公民館合同研修会のため
- 7月27日(月)終日: ふるさとまつり振替のため

7月 行事予定

※ 期日・内容等変更になる場合があります。ご了承ください。

令和8年6月23日現在

日	曜日	主要・主催行事等	諸団体行事等	その他公民館使用団体
1	水	布の絵本		スローエアロ
2	木	わんぱく教室 野菜づくり		からだ元気塾、森の木会、健康麻雀、3Bキッズ、英会話
3	金			絵手紙、江島会(銭)、パソコン・スマホ何でも解決教室、太極拳
4	ⓧ	図書貸出日10:00～11:30 子ども広場(公)		木葉会、高山会、囲碁同好会
5	ⓧ	行政書士無料相談	(民)交流部 (体)地区ミックスソフトバレーボール大会	メロディーボックス
6	月	健康体操、図書貸出日 子ども広場(小)		3B体操、Reふれっしゅ健康体操
7	火	クリーンアップこしばら 楽しく花ぞだて隊		レイフラワー、フォークメイト
8	水	カフェひだまり 公民館報編集会		にしじま会、手編み、iPad 浪曲愛好会松江、すぎなの会、バランスボール、健康麻雀
9	木	野菜づくり	(社)福祉推進員部会・ 委嘱状交付式	からだ元気塾、囲碁同好会、3Bキッズ、英会話
10	金	安全・安心連絡会 12:00～事務室閉室(松南 ブロック公民館研修会のため)		江島会(踊)、ヨーガクラブ、太極拳、バランスボール
11	ⓧ	子ども広場(公・富)		若葉会(銭)、清吟香ノ木支部、将棋同好会
12	ⓧ			若葉会(踊)、8区自治会育成部、全日写連松江支部、縁つむぎ
13	月	健康体操、図書整理日・貸出日 子ども広場(小)		3B体操、麦ぶえコーラス、Reふれっしゅ健康体操
14	火	布の絵本であそぼう		民謡会(銭)、フォークメイト
15	水	布の絵本	(社)なごやか寄り合い 代表者会	スローエアロ、川柳歩み
16	木	野菜づくり		からだ元気塾、森の木会、3Bキッズ、英会話、健康麻雀
17	金			江島会(銭)、太極拳、パソコン・スマホ何でも解決教室、サロシクロバー
18	ⓧ			囲碁同好会、高山会、将棋同好会、木葉会
19	ⓧ			安来節保存会松江支部
20	ⓧ	🌊 海の日		
21	火			レイフラワー、フォークメイト
22	水	子ども広場(公)		すぎなの会、いきいきクラブ、バランスボール、スローエアロ、手編み
23	木	野菜づくり		からだ元気塾、さわやか川柳会、英会話、健康麻雀
24	金	公民館報編集会		ヨーガクラブ、江島会(踊)、太極拳、バランスボール
25	ⓧ	ふるさとまつり準備		
26	ⓧ	ふるさとまつり		
27	月	事務室閉室(終日・ふるさとまつり振替のため)、健康体操 図書貸出日、わいわいサロン		3B体操、麦ぶえコーラス、Reふれっしゅ健康体操
28	火		(社)寺子屋	民謡会(銭)、フォークメイト
29	水	子ども広場(公)	(社)フレイル測定会 (民)定例会	
30	木	野菜づくり 遊友大人塾「からだのなかから 元気に いきいき血管講座」		からだ元気塾、健康麻雀、英会話
31	金			太極拳、青空学童保育くじらぐも

略 称 (自)自治会連合会、(体)体育協会、(交)交通安全対策協議会、(青)青少年育成協議会、(消)消防防災協会、(社)社会福祉協議会、(民)民生児童委員協議会、(人)人権教育推進協議会、(幼)古志原幼稚園、(小)古志原小学校、(中)第四中学校