

募集

スパイスカレーづくり

【成人部】のぎねっこ会企画の料理教室です。スパイスの効いた本格的チキンカレーと旬の野菜を使った副菜を教えてください。❤ 皆さまのご参加をお待ちしております。

- 日 時：5月27日（火）10時～
- 場 所：乃木公民館 調理室
- 講 師：U-spice 神田篤子さん、神田秀彦さん
- 参加費：2,000円
- 定 員：16名（先着順）
- 申込〆切：5月16日（金）



写真はイメージです。

お問合せ・申し込み 乃木公民館 TEL21-4931

お知らせ

早朝歩こう会 ～県立美術館コース～

- 日 に ち：5月11日（日） ～次回は6月1日（日）を予定しています～
- 集合場所：乃木公民館（公民館スタート ～約1時間） ※少雨決行
- 集合時間：6時30分
- 参加対象：子どもから大人までどなたでも大歓迎！

☆今年も皆勤賞があります。賞品も出ますので是非ご参加ください！

※申込みの必要はありません。ふらっとお気軽にご参加ください。



主 催 乃木公民館健康福祉部

お知らせ

ゴーヤ苗 無料配布します！

今年度もまつえ環境市民会議よりゴーヤの苗が無料配布されます。
グリーンカーテンに挑戦してみませんか？

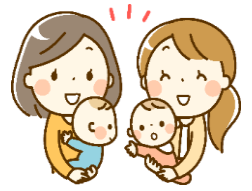
- 日 時 5月22日（木）9時00分～
 - 場 所 乃木公民館調理室前（軒下）
- ※おひとり4本まで（500本程度）、なくなり次第終了



募集

乳幼児学級 学級生募集

公民館では子育てボランティア(愛称 エプロンおばちゃん)にご協力
いただいて、様々な楽しい活動を行っています。お母さんがほっと一息
つけるような時間を過ごしていただき、仲間づくりもできますよ♪
ご参加をお待ちしています。 ●募集：0歳～入園前の親子



お知らせ

パンピちゃんくらぶ

子育て中のお母さん!
みんなでわいわいお話ししよう♪

●日 時：5月13日(火) 10時～11時30分

●場 所：乃木公民館 和室 ●持ってくるもの：バスタオル(身体測定用)

●アドバイザー：母子保健推進員 ☆身長や体重の測定もできますよ!



お知らせ

さんあいサロン

公民館でゆったり
お茶を飲みませんか?

●日 時：6月11日(水) 13:30～15:30 ●場 所：乃木公民館 大会議室

●参加費：100円(抹茶、コーヒー、ペットボトルのお茶 お菓子付き)

さんあいサロンでフレイルチェックをしましょう!!

フレイルとは誰もが年齢とともに生じる心身の衰えのことであり、健常な状態と要介護状態の中間の状態をいいます。まずは現在の体の状態を知り、フレイル予防に心がけましょう。

さんあいサロンで簡単な測定を行います。専門職の相談、指導を受けることもできます。

フレイル測定は無料です。お気軽にお越しください。

5月は自転車のマナーアップ運動期間

配意事項

- 1 ヘルメットは、いつも着用(努力義務)
 - 2 自転車は、車道が原則、歩道は例外
 - 3 車道は左側を通行
 - 4 歩道は歩行者優先で、徐行
 - 5 安全ルールを守る
- 飲酒運転・二人乗り・併進の禁止
○夜間はライト点灯
○交差点での信号遵守と一時停止・安全確認



乃木地区交通安全対策協議会
乃木地区交通安全協会

フードライブの協力のお願い

フードバンクしまね「あったか元気便」では、学校の長期休み期間中(夏休み・冬休み・春休み)に、就学援助世帯(生活保護世帯・準要保護世帯)を対象として、食糧支援と福祉情報を届ける取り組みを行っています。皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

●受付期間：5月12日(月)～6月20日(金)

●受付場所/時間：

乃木公民館窓口/平日 9:00～17:00

●対象品：

お菓子・レトルト食品・乾麺・缶詰・インスタント食品、玄米(古米の場合は冷蔵庫保管されカビ臭のないもの)など

※賞味期限が2025年9月以降のもの

※数量は問いません。(1缶、1袋からOK)

公民館
より

お知らせ

5月21日(水) 15時～ 松江市公民館協議会総会参加のため、
事務室を閉室します。ただし、貸館はいたします。

公民館図書室からのお知らせ

図書グループ
協力:チョボラセンター

爽やかな風薫る季節になりました。新しい環境の中で日々頑張っている皆さん、ひと休みしてゆったりと本の世界を愉しんでみませんか？

毎日の生活に役立つ本の一部を紹介します

- ・やさしくはじめる漢方生活
- ・衣食住、暮らしに寄り添うもの選び
- ・60歳からはじめて人生が楽しくなる100のこと
- ・和田式 老けないテレビの見方、ボケない新聞の読み方 など多数あります。



- ★閲覧時間：(月)～(金) 午前9時～午後4時30分(事務室開室時のみ)
- ★貸出時間：(月)(水)(金) 午後2時～4時 ★ひとり3冊、2週間の貸し出し
- ★お楽しみタイム～絵本とわらべうたを楽しもう～
日時：5月16日(金) 15:10～15:40ごろ

花づくり会からのお知らせ

【5月の作業日】

- 19日(月) 9:00～花の植え替え事前作業
- 26日(月) (予備日27日) 9:00～

苗の植え替え

花の好きな方、一緒にボランティアを
いただける方は、公民館までご連絡ください。
(TEL21-4931)

乃木体育協会からのお知らせ

- ★乃木地区ソフトボール大会
日にち：5月18日(日)
会場：湖南中学校グラウンド
※参加地区の状況により変動・雨天中止
- ★乃木地区ソフトバレー大会(男女混成)
日にち：6月15日(日)
会場：乃木小学校体育館
※問い合わせは各地区の体育部委員さんまで

地域ふれあいグラウンドゴルフ大会

- 日時：5月24日(土) 9:00～
- 場所：乃木小学校グラウンド
- 会費：無料
令和7年度地域ふれあいグラウンドゴルフ大会を開催します。
一般男女問わずどなたでも参加できます。
グラウンドゴルフを通じて健康と仲間づくりをしましょう。
乃木地区高齢者クラブ連合会

◆スタディールーム(入退場自由、申込不要)

中高生対象の自主学習の場です

【日時/会場】

5月11日(日)、5月25日(日)

10:00～16:00 /乃木公民館 研修室2



～「進路カフェ」同時開催～

別室で島根大学教育学部と社会人ボランティアが大学の進路相談や、勉強の質問などを受け付けています。※予約不要
悪天候や感染症流行の際は、予定が変更になる可能性があります。LINE登録、または当日朝のブログを確認のうえお越しください。

【後援】乃木地区
社会福祉協議会



のぎ自学室LINE



のぎ自学室ブログ

公民館の活動の様子はHPで更新中!



乃木公民館ホームページ

<https://matsue-city-kouminkan.jp/nogi/>



キンランを楽しむ会



田和山の森でゆったりとキンランを鑑賞しませんか。

- 時期：5月6日（火）10時～（少雨決行）
 - 場所：自然学習の森・・・史跡「田和山遺跡」の南隣、通称「田和山の森」
 - 内容：キンランの観察や写真撮影、キンランについての説明と案内
- 主催：里山を育てる会 問合せ先：090-7772-9414（竹下）

募集

公設児童クラブのスタッフ募集！

乃木小学校 1～3年生の児童が、放課後安心して生活し、安全に楽しく過ごせる居場所づくりをする指導員・事務員を募集しています。

【開設】学校がある日：14時～18時 長期休業日：8時半～18時

体力&コミュニケーション力が必要な仕事です。勤務日数・勤務時間は応相談。まずは見学からお待ちしています。

お問合せ：乃木児童クラブ TEL (0852) 21-8558

担当：余村（平日 14時00分～18時00分まで対応可能）



令和7年5月行事予定

4月24日現在

		公民館行事等			公民館行事等
1	木	郷土の歴史教室【9：30～】	16	金	
2	金		17	土	合同総会
3	土		18	日	
4	日		19	月	花づくり会植え替事前作業
5	月		20	火	
6	火		21	水	事務室閉室 15：00～
7	水		22	木	ゴーヤの苗配布
8	木		23	金	
9	金		24	土	地域ふれあいグラウンドゴルフ大会
10	土		25	日	
11	日	早朝歩こう会	26	月	園芸、花づくり会植え替作業
12	月	園芸	27	火	のぎねっこ会スパイスカレーづくり
13	火	陶芸、バンビちゃんくらぶ、花づくり会社会見学	28	水	
14	水	いきいき健やか教室	29	木	
15	木	子ども会会長会	30	金	
※日時・内容等変更になる場合があります。ご了承下さい。			31	土	

～公民館よりお願い～

公民館が主催または共催する事業や活動時に撮影した写真を広報誌・ホームページ等で使用させていただく場合があります。予めご了承いただきますようお願いいたします。