

平成26年 12月

松江市大野公民館

公民館 だより おおの



TEL 0852-88-2051
FAX 0852-88-3186

大野のシンボルマーク



受賞おめでとうございます

- ◎【鳥根県交通安全県民大会】平成26年11月 7日(金) 於:益田市
「鳥根県知事感謝状」交通安全功勞者 **金坂 哲雄 様**
「全日本交通安全協会会長表彰」交通安全功勞者 **木村 弘徳 様**
「全日本交通安全協会会長表彰」優良運転者 **佐藤 房男 様**
- ◎【松江市交通安全総決起大会】平成26年11月14日(金) 於:八雲アルバホール
「松江警察署長・松江市交通安全協会会長連名感謝状」 **藤原 鳥子 様**

献身的な交通安全活動をされた功績をたたえられ受賞されました。
誠におめでとうございます。



12月 ごみ・資源物収集日程表

日	月	火	水	木	金	土
	1 もやせる	2 プラ	3	4 もやせる	5 古紙・古着	6
7	8 もやせる	9 プラ	10	11 もやせる	12 紙製容器	13
14	15 もやせる	16 プラ	17	18 もやせる	19 古紙・古着 金 属	20
21	22 もやせる	23 プラ	24	25 もやせる	26 紙製容器	27
28	29 もやせる	30	31			

2015年版 鳥根県民手帳販売

◆2015年版県民手帳は
いかがですか？

鳥根県統計協会において作成
されており、年間行事や主要統
計などの県内の情報が満載です。

大野公民館で12月26日(金)
まで1冊550円で扱っています。

お電話でのお申し込みもOK
大野公民館 ☎ 88-2051

数に限りがありますので、
お早めにお求め下さい。



12月お知らせ



12月行事・館使用予定

きらきら学級 クリスマス会

とき 12月17日(水) 9:30 ~

ところ 大野公民館

- ☆幼稚園・魚瀬世代間交流会館との交流会
- ☆子育て支援センター出前講座
- ☆持ち物 おしぼり

*欠席の場合は、**12月12日(金)までに**
大野公民館(88-2051)へご連絡下さい。



公民館図書 クリスマス会

とき 12月26日(金)

ところ 大野公民館
図書室・集会室

内容

- 図書の貸出 13:30~
- 市民憲章かるた取り大会
予選 14:30~

★賞品やクリスマスプレゼントもあるよ。
詳しくはチラシでお知らせします。



12月の子ども広場のお知らせ

●日時 1日(月), 8日(月), 15日(月)
15:15~16:30

●場所 大野小学校

★15日(月)は、収穫したさつまいもで
「芋煮会」をします。

ご寄付御礼

香典返し

上根尾 松浦 克美 様
中ノ手 山野 勝美 様

見舞い返し

中ノ手 山野 勝美 様

ありがとうございました。
大野地区社会福祉協議会

日	曜	公民館行事・使用	
1	月	おおの輪・和・クラブ 運営委員会 19:30	
2	火	月曜クラブ 10:00 小原流生花教室 20:00	囲碁将棋クラブ 19:00
3	水	朝のあいさつ運動 7:10 まめなかサロン 10:00	ステップ2 1 20:00
4	木	書道教室 20:00	
5	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
6	土	土居まめで長生き講座10:00	
7	日	中ノ手まめで長生き講座10:00 津ノ森まめで長生き講座19:00	大野スポーツクラブ 19:30
8	月	移動図書館 14:10~14:40	東村なごやか 10:00 土居なごやか 10:00
9	火	一斉あいさつ運動 7:40	囲碁将棋クラブ 19:00
10	水	一斉あいさつ運動 7:40 建築組合 18:30	津ノ森なごやか 10:00
11	木	大正琴クラブ 20:00	しあわせ会 10:00
12	金	図書館開館 15:00	からだ元気塾 10:00
13	土		
14	日	細原まめで長生き講座10:00	
15	月		大野子ども広場 13:30 (芋煮会準備)
16	火	大腸がん検診容器回収(午前中) 月曜クラブ 10:00 小原流生花教室 20:00	農林業セキス説明会14:00 囲碁将棋クラブ 19:00
17	水	朝のあいさつ運動 7:10 きらきら学級 9:30 配食サービス(クリスマス訪問) 13:00 殿山まめで長生き講座(なごやか共催) 14:00	魚瀬なごやか 14:00 ステップ2 1 20:00
18	木	健康福祉部料理教室 10:00 書道教室 20:00	
19	金		からだ元気塾 10:00
20	土		民生委員定例会 14:00
21	日	西ノ村まめで長生き講座(なごやか共催)	10:00
22	月	自治会連合会 19:00	移動図書館15:00~15:30
23	火	祝日:天皇誕生日 大野スポーツクラブ 11:00	囲碁将棋クラブ 19:00
24	水		
25	木	青少協母校訪問 (小学校)	13:30
26	金	図書クリスマス会・市民憲章かる た取り大会予選 13:30	からだ元気塾 10:00
27	土		
28	日		
29	月	小原流生花教室 19:00	
30	火		
31	水		

【年末年始のお休み(事務室閉鎖)】

12月 29日(月) ~ 1月 4日(日)

冬の健康と体調について

先月より3年ぶりに大野地区を担当させていただくことになりました、辰巳朋美と申します。乳幼児から高齢者までの相談・訪問など行っております。どうぞよろしくお願いいたします。

さて、これから寒い時期に入ると、インフルエンザなどの感染症や血圧が高くなりやすく、運動不足、冷え等により体調を崩しやすくなります。

ご自分でできる体調管理の方法をご紹介します。

① 旬のものをよく噛んで食べましょう。

根菜類やショウガなど冬が旬のものは体を温めます。

サラダ等は生食でなく火を通す、または塩もみやお漬けものにして食べましょう。

よく噛むと消化吸収がよくなり、唾液がよく出るので免疫力も高まります。

② 首・手首・足首を温めましょう。

マフラー、手袋、レッグウォーマー、ステテコ、靴下を活用しましょう。

③ 夜は、少し熱めのお湯で下半身をしっかりと温めましょう。

手足が温まり、肩こりなど筋肉のコリが取れ、眠りやすくなります。



④ 軽い運動をしましょう。

寒いと外に出かけにくくなります。家の中でラジオ体操などの手足をしっかりと動かす体操を毎日しましょう。

松江市保健センター 地域保健グループ
辰巳 朋美 電話 0852-60-8154

大腸がん検診容器回収のお知らせ

*** 12月16日 (火) 午前中 ***

- 公民館ボランティア部の皆さんのお世話で行います。
- 詳しくは、各地区の委員さんより連絡があります。
- 年に一度の検診是非受けましょう。

大野地区まめで長生き講座

~各地区の集会所で開催されます~

- 土居 12月 6日(土) 10:00 ~
- 中ノ手 12月 7日(日) 10:00 ~
- 津ノ森 12月 7日(日) 19:00 ~
- 細原 12月14日(日) 10:00 ~
- 殿山 12月17日(水) 14:00 ~
- 西ノ村 12月21日(日) 10:00 ~

年末・年始の交通事故防止運動

平成26年12月20日 (土)

平成27年1月9日 (金)

【運動の重点】

- 1 飲酒運転の根絶・「飲んだら乗らない、乗るなら飲まない、乗るなら飲ませない」
- 2 高齢者の交通事故防止
- 3 夕暮れ時から夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- 4 すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 5 冬道での安全運転の徹底

おおのふるさとまつり

10月26日(日)

於：大野小学校体育館・校庭

多くの皆様にお出かけいただきました。ありがとうございました。

オープニング セレモニー



↑【わが家のお宝自慢コーナー】
…「蘆雪の鶴の屏風」
屏風、掛軸、油絵など貴重な作品を
↓展示して頂きました



↑22名の松江総合医療専門学生が
ボランティアスタッフとして大活躍でした

大野地区防災訓練

11月9日(日) 大野公民館にて、各自治会自主防災隊を対象に大野地区防災訓練を実施しました。今年度は、集中豪雨による水害を想定し、防災講座、また、マップを活用した避難場所・経路の確認、要援護者の確認等、各自治会の参加された皆さんは熱心に話し合い、取り組んでおられました。

まめなかサロンのお知らせ

日時 12月 3日(水)
10:00~15:00

場所 大野公民館 研修室

- 抹茶・コーヒー・紅茶
- お菓子付で、一杯150円



東村なごやか寄り合いの会

11月12日(水) 東村なごやか寄り合いの会で「バスの乗り方教室」を実施しました。

