

公民館
だより

おおの



大野のシンボルマーク

令和4年1月
松江市大野公民館
TEL 0852-88-2051
FAX 0852-88-3186
E-Mail oonok@mable.ne.jp

謹賀新年



旧年中は公民館運営に格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

本年も変わりませずよろしくお願い申し上げます。

令和4年 元旦

大野公民館運営協議会 会長 加藤 滋夫
大野公民館 館長 伊藤 京子
職員一同

交通安全 飲酒運転根絶作戦

令和3年 令和4年
12月1日(水)～1月31日(月)

飲酒運転根絶の署名の取り組みにつきまして、860名の多くの皆様から署名をいただきました。署名簿は、交安協・交対協 山野逸郎会長に、12月13日に松江警察署長へ提出いただきましたのでご報告いたします。ご協力誠にありがとうございました。

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

第4回 大野健康フェスティバル

フレイルの測定会
5ブース

開催!



日時 令和4年1月19日(水)

9:30～12:00

場所 大野公民館

フレイルとは、「加齢による心身の機能が低下した状態」のことです。早期に生活習慣を改善することで、健康な状態を取り戻すことは十分に可能です。この機会に心身機能をチェックしてみましょう。結果をもとに、オーダーメイドのプログラムを提案します。

新型コロナウイルス感染防止対策を徹底して開催します。ご来場のみなさまマスクの着用にご協力をお願いします。

主催：大野地区社会福祉協議会協議会・大野地区自治会連合会
大野公民館・大野地区健康まつえ21推進隊
後援：松江市社会福祉協議会 協力：松江市健康部

【年末年始公民館事務室閉室】

12/28(火)午後～1/5(水)
新年は1/6(木)から通常業務を行います。

融雪剤を公民館前に置いています。ご希望の地区は公民館までお越しください。

ご寄付御礼

香典・玉串料返し
西ノ村 佐藤 富士美 様
ご寄付
大野地区社会福祉協議会へ地域の方から匿名でご寄付をいただきました。

誠にありがとうございました。

大野地区社会福祉協議会

大野地区消防出初放水



日時 1月8日(土)
出初放水は、12:00から大野郵便局前で行います。

1月公民館ミニ作品展のお知らせ

期間 1/13(木)～1/27(木)
9:00～17:00
※土、日、祝日、休館日、事務室閉室日を除く
内容 書道
場所 大野公民館1階 廊下など

まめなかサロンのお知らせ

1月、2月は都合によりお休みします。またのご参加をお待ちしております。

レクダンスのお知らせ

1月20日(木) 10:00～
ご参加お待ちしております!

おおの輪・和・ワークラフ・大野体育協会 Festival 2022 お知らせ

日時 令和4年2月20日(日)
開会式 9:30～(受付9:00～)
場所 大野小学校 校庭 **参加賞あり!**
内容 グラウンドゴルフ交流
※悪天候、感染拡大状況の場合は中止します。

詳細はピーズNEWS、来月号に掲載いたします。今年度、感染症予防対策により体協事業が未実施のため、大野体育協会が共催で事業を盛り上げます!多くの皆様のご参加をお待ちしています!

共催：大野体育協会・大野公民館
大野地区健康まつえ21推進隊



子ども広場 開催日

開設時間 15:15～16:30
1月17日(月)
1月24日(月) ミニテニス(16:45終了)
※体育館用の上履きを用意してください。
1月31日(月)

1月 行事・館使用予定

日	曜	公民館行事・使用			
1	土	元日			
2	日				
3	月				
4	火	1/5まで事務室を閉じます。			
5	水				
6	木	仕事始め 書道教室	19:00		
7	金	図書館開館	15:00	からだ元気塾	10:00
8	土	大野地区消防出初放水式			
			12:00		
9	日				
10	月	成人の日			
11	火	一斉あいさつ運動	7:40	囲碁将棋クラブ	19:00
12	水	一斉あいさつ運動	7:40	ステップ21	19:00
13	木	建築組合	18:30	圃場整備	18:00
14	金	図書館開館	15:00	からだ元気塾	10:00
15	土	ジュニアリーダー研修会(サン・レイク)			
16	日				
17	月	移動図書館	14:40～15:10		
18	火	※健康フェスティバル準備のため全館貸館不可			
19	水	大野健康フェスティバル 9:30～12:00 ※全館貸館不可			
20	木	運協連研修(リモート)	14:30	レクダンス	10:00
		書道教室	19:30	クラフト	14:00
21	金	図書館開館	15:00	からだ元気塾	10:00
22	土				
23	日				
24	月	※館内ワックスがけのため全館貸館不可			
25	火			囲碁将棋クラブ	19:00
26	水	ステップ21	19:00	絵てがみ教室	10:00
27	木				
28	金	図書館開館	15:00	からだ元気塾	10:00
29	土				
30	日				
31	月	移動図書館	14:40～15:10		

新型コロナウイルス感染拡大状況により、予定していた事業の延期や中止をすることがあります。あらかじめご了承ください。

公民館行事で記録のために撮影した写真は、公民館の便りやホームページに掲載させていただく場合があります。ご了承ください。

「家の中でもできる運動のあれこれ」

寒くなってきて、外には雪が降ることもあるこんな時期には、どうしても外に出ることが難しくなりますよね？「でも運動しないと体が弱りそう」と心配されている方も多いのではないのでしょうか？実は家の中でも十分運動はできますので、幾つかご紹介させていただきます。まずウォーキング。ウォーキングは外を歩くものと思っている方も多いですし、家の中でするなら特別な機械が必要と思いませんか？そんな機器を使わなくても、いつも歩いている廊下や部屋の中をいつも通り歩くだけで十分に健康増進になります。但し、時間は気にしてください。15分以上歩くと脂肪が減りやすくなりますのでお勧めです。後は軽いジャンプ。あくまで軽くジャンプするだけなのですが、これも1分を目安に行ってくださいと肥満改善に効果があると言われていました。ただ、膝が痛い人にはお勧めしません。膝の痛い人は、ゆっくりと椅子など立ち上がる動作を繰り返しましょう。あくまでゆっくり行うことがポイントですよ！まだまだ様々な方法はありますし、人によって方法は変えていく方が良いでしょう。何をすれば良いか悩んでいる人は、私までお気軽にご相談ください。

松江総合医療専門学校 理学療法士科
専任教員 学術長 博士（医学） 内田 武

きらきら学級クリスマス会（12/8）



クリスマスリース作りをして、幼稚園・小学校のお兄さんお姉さん、先生にご参加いただき、ステキな発表を披露していただきました。サンタさんからプレゼントもありました(^^)

人権教育推進部・文化部合同研修会（12/14）



「永井 隆記念館」「掛谷酒造資料館」「大しめなわ創作館」に視察研修に行ってきました。人権意識を高めるよい研修となりました。



移動図書館車 巡回日

場 所 大野公民館 駐車場

1月17日（月）14:40～15:10

1月31日（月）14:40～15:10



大野公民館よりお知らせ

大野公民館で取り扱っています「し尿処理券」「コミバス定期券」は、**事前にご連絡**をいただくとすぐにご用意できます。（大野公民館 88-2051）

津ノ森自治会有志の皆さんによるクリスマスライトアップ



津ノ森駅前でライトアップしています。

水道管の防寒対策を



気温が-4℃以下になると、水道管の凍結・破裂の事故が多発します。-4℃に達しなくても風の強いときは、凍結・破裂しやすくなります。凍結して破損すると、所有者が修理費用を負担しなければなりません。寒波に備え、給水装置に冬じたくをお願い致します。

●凍らないようにするために

水道管を保温材で覆い、ビニールテープを巻いてください。または、毛布や布などで覆い、ビニール袋をかぶせてテープを巻いてください。

●凍ってしまったら

凍った部分にタオル等をかぶせ、その上からぬるま湯をゆっくりかけてください。直接、熱湯をかけると破裂する恐れがあります。

●水道管が破裂したら

応急措置として、まずメーターボックスの中にある「止水栓」を閉めて、上下水道局へ連絡するか、または松江市指定給水装置工事業者へ修理（有料）を依頼してください。

除雪について 4つのお願い



助け合い“だんだん”除雪

15 cm以上の積雪で主要路線、バス路線から優先して除雪を始めます

- ①「生活道路」…生活道路の除雪は地域の皆様のご協力をお願いします
- ②「木や竹の伐採」…木や竹は道路にせり出す前に伐採をしてください
- ③「通路の確保」…除雪により雪で出入り口を塞ぐことがあります各自で通路を確保してください
- ④「路上駐車」…除雪車の妨げになりますので路上駐車はやめてください

●除雪依頼をするには

各地区自治会長又は土木委員（道路愛護団長）へ連絡をしてください。自治会長・土木委員より公民館又は市役所へ除雪依頼をします。

【大野公民館】月曜日～金曜日 8:30～17:15
電話 88-2051

※12/28 午後～1/5 までは閉館のため市役所へ直接連絡してください。

【市役所】土曜日、日曜日 8:30～17:00
電話 55-5365（道路課 管理第一）

●注意事項

各自治会又は個人から除雪業者へ直接の連絡はしないでください。



積雪時のごみ収集 困難箇所について

積雪時には道路状況によりごみ収集が困難な場所が発生することから、公民館区内のごみの収集ができていない場合は、**松江市リサイクル都市推進課** TEL55-5281へ直接連絡してください。