

公民館  
だより

おおの



大野のシンボルマーク

令和5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

## 新年あけましておめでとうございます

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。  
本年も変わらませずよろしくお願い申し上げます。

令和5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 岩成 俊治  
職員一同



### \*\*大野地区民生委員・児童委員紹介\*\*

令和4年12月1日付で民生委員・児童委員の改選があり、2名の方が退任され新たに2名の方が就任されました。この度退任されます、木村百合子様(24年間)、金坂啓江様(24年間) 長きにわたり大変お世話になりました。感謝申し上げます。

担当地区	氏名
中ノ手・土居	石倉 勤(再任)
東村・中川	藤原 知一(再任)
西ノ村・鎌田	兼折 和嗣(再任)
津ノ森・山中	田中 令子(再任)
殿山・上根尾・細原	伊藤 敏成(新任)
魚瀬	村松 恵子(再任)
主任児童委員 (大野地区全域)	足立 久美(再任) 金坂 準子(新任)

### 【年末年始 公民館事務室閉鎖・貸館 休止のお知らせ】

12/28(水)午後から1/5(木)まで  
事務室閉鎖および貸館を休止します。  
新年は1/6(金)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。

### 飲酒運転根絶作戦実施中

●実施期間  
令和4年12月1日(木)～  
令和5年1月31日(火)

●運動重点  
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



### ご寄付御礼

香典・玉串料返し

東村 大廻 達也 様  
魚瀬 清水 英介 様  
西ノ村 藤原 昭文 様

お見舞い返し

上根尾 多久和 和江 様

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 令和5年1月7日(土)  
出初放水は、12時15分頃から大野郵便  
局前で行います。  
松江市の式典終了後のため、時間が前後  
する場合があります。

### 料理教室のお知らせ

日時 令和5年1月12日(木) 10:00～  
場所 大野公民館 調理室・研修室  
講師 管理栄養士 食のアトリエバーネ  
伊藤 孝子先生  
内容 「買い置き食材(缶詰・乾物)を使って  
脳が喜ぶ料理！」

伊藤孝子先生の、ためになる楽しい  
食の講話も聴けます!



参加費 500円 ※今回はお持ち帰りです  
持ち物 エプロン、三角巾  
申込み 1月6日(金)までに大野公民館へ  
ご連絡ください。(Tel.88-2051)

### 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。  
次回のサロン、3月1日(水)『るくる  
記録表』を持参の方にプレゼントがあります。  
記録表をお求めの方は公民館まで!!

### 移動図書館車 巡回日

場所 大野公民館 駐車場  
1月16日(月) 14:40～15:10  
1月30日(月) 14:40～15:10  
10冊、次回巡回日まで借りられます。  
市立図書館の利用者カードをお持ちください。



### おおの輪・和・ワーククラブ

### Festivalのお知らせ

日時 令和5年2月26日(日) 午前中  
場所 大野小学校 体育館 **参加賞あり!**  
内容 室内モルック 他ニュースポーツ  
※時間等詳細は、ピーズNEWS1, 2月号に  
掲載しますのでご覧ください。  
※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によ  
り、中止となる場合があります。



## 1月 行事・館使用予定

日	曜	公民館行事・使用		
1	日	元日		
2	月	振替休日		
3	火		1/5まで事務室閉鎖・貸館休止	
4	水			
5	木			
6	金	仕事始め	からだ元気塾	10:00
7	土	大野地区消防出初放水	12:15	
8	日			
9	月	成人の日		
10	火	一斉あいさつ運動	7:40	
11	水	一斉あいさつ運動	7:40	ステップ2 1 19:00 圃場整備の会 18:00
12	木	料理教室	10:00	書道教室 19:30
13	金	図書館開館	15:00	からだ元気塾 10:00
14	土			
15	日			民児協 10:00
16	月	移動図書館 子ども広場(小)	14:40～15:10 15:15～16:30	建築組合 18:30
17	火			囲碁・将棋クラブ 19:00
18	水			
19	木	運協連研修会(県民会館)	14:00	レクダンス クラフト 10:00 13:30
20	金	図書館開館 公民館運営協議会	15:00 17:30	からだ元気塾 10:00
21	土	ジュニアリーダー研修会(古江公民館)	9:30～	
22	日			
23	月	子ども広場(小)	15:15～16:30	
24	火			
25	水	絵てがみ教室	10:00	ステップ2 1 19:00
26	木	書道教室	20:00	
27	金			からだ元気塾 10:00
28	土			
29	日			
30	月	移動図書館 子ども広場(小)	14:40～15:10 15:15～16:30	
31	火			

- ・予定していた事業の延期や中止をすることがあります。
- ・公民館行事で記録のために撮影した写真は、公民館のお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。

こんにちは 松北地域包括支援センターです。



高齢者の方に限らず、どなたの相談でも構いません。相談内容に関して、秘密は固く守ります。相談は無料です。ご自宅へお伺いすることもできますので、どこに相談したらよいか、わからないことでもお気軽にご相談ください。

《連絡先》 松北地域包括支援センター ☎82-3160

### 冬の水分補給

冬も本番を迎え、乾燥が気になる季節になりました。体の乾燥のケアもしていますか？冬のジワリ乾燥からの脱水は、水分が身体からじわじわと失われることで起こります。水分が失われると血液が濃くなり、ドロドロの状態になります。その結果生じる代表的な合併症が脳梗塞、心筋梗塞、肺梗塞です。さらに脱水症状が進むと、頭痛やめまい、吐き気、呼吸が乱れる、筋肉のけいれんなどを起こすことがあります。

#### ○冬の脱水症状の予防法

##### 1.こまめな水分補給

こまめな水分補給を心がけ、食事には野菜や果物など水分の多いものを食べるようにしましょう。喉の渇きを感じる前に、水分を補給することが大切です。

##### 2.肌からの乾燥を防ぐ

予防には、加湿と保湿が大切です。加湿器の使用や、室内に濡れタオルを干すことで、湿度を 50～60%に保つようにしましょう。保湿効果のあるクリームを肌に塗ることや、肌の露出面積の少ない服装で工夫するのもよいでしょう。

##### 3.感染症による脱水には経口補水液

冬に流行するノロウイルスやロタウイルスに感染すると、下痢や嘔吐の症状によって脱水症状を起こす恐れがあります。脱水症状対策のために経口補水液を家庭に常備しておくとう安心です。(かかりつけ医から水分や塩分の制限をされている場合は医師に相談しましょう)

引用：全国健康保険協会 季節の健康情報 より

## ◆◆2022 大野公民館作品展◆◆

ご来館ありがとうございました！



みかづきリース



クラフト教室



絵てがみ教室



人権啓発展示



書道教室



### 11/28 (月) 子ども広場「テニス教室」



毎年恒例の「テニス教室」をしました。ラケットを使った簡単な遊びからスタートし、慣れてくると上手に打ち返す子どもたち。楽しい時間を過ごすことができました。



### 11/30 (水) 人権教育推進部・文化部合同研修会



安来市にある「安来市加納美術館」へ視察研修に行ってきました。加納佳代子名誉館長からお話を聞き、改めて「平和」について考えるよい研修となりました。

### 12/6 (火) きらきら学級クリスマス会



『おっくん』こと大庭公民館長 奥原恒志様に子どもが喜ぶ曲を弾き語りしていただきました。サンタからのプレゼントもありました(^^)／

### 12/7 (水) 高齢者のためのスマホ教室



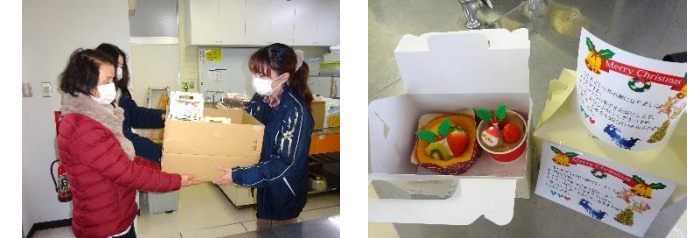
シルバー人材センター会員の方に、スマホの基本操作やインターネットの使い方などを教えていただきました。

### 12/12 (月) 成人学級「くるくる手芸」



ハタケヤマ手芸店の方にご指導いただき、来年の干支「うさぎ」が完成しました。

### 12/21 (水) 配食サービス



12月にはクリスマスケーキを福祉推進員さんに届けていただきました。福祉推進員の皆様には、今年度も配食サービスで、対象者の方へお届けいただき大変お世話になりました。ありがとうございました。

### 水道管の防寒対策を！

- 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。
- 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



15cm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・土木委員より市役所へ除雪依頼をお願いします。

【市役所】土曜日、日曜日 8:30～17:00

電話 55-5365 (道路課 管理第一)

※市役所へ直接連絡をしていただきますが、電話が繋がらない等の場合は、公民館へお電話ください。

【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。

#### ●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。