

まめなかサロン

日時 **11月5日(水)**
10:00~12:00
場所 大野公民館 研修室

抹茶・コーヒー・紅茶
季節のお菓子付きで1杯200円

大野地区食生活改善推進員による「味噌汁塩分チェック」があります
「おうちの味噌汁」をぜひご持参ください

※保健師による健康相談、骨密度測定、足趾力測定もあります！
※るるくる用紙を持参すると粗品をプレゼントします！
お誘い合わせの上
ぜひお出かけください

移動図書館巡回日



場所 大野公民館 駐車場
11月10日(月) 14:40~15:10
*本の予約もできます。ご利用ください。

11月 公民館図書貸出日

11月14日(金) 15:00~17:00
11月21日(金) 15:00~17:00

子ども広場

~11月開設日時~
10日・17日
月曜日 14:30~16:30

貸館停止のお知らせ

下記の日程で貸館停止とします。
【貸館停止】館内ワックスがけ、窓清掃のため
●11月11日(火) 終日●

きらきら学級

「大野小学校で交流&クリスマス会」
とき 12月11日(木)
10:00~11:30(9:50集合)
集合場所 大野小学校
★詳細は後日郵送しますチラシをご覧ください。

11月 行事・館使用予定

日	曜	公民館行事・使用			
1	土				
2	日				
3	月	文化の日			
4	火				
5	水	まめなかサロン 10:00 ファームおおの未来 13:30	ステップ21		18:00
6	木	囲碁・将棋教室 9:00			
7	金	からだ元気塾 10:00			
8	土	建築組合 18:00	大野ふれあい健康まつり準備		
9	日	大野ふれあい健康まつり(松江総合医療専門学校) 9:00			
10	月	子ども広場 14:30	移動図書 土居なごや(外レク)		14:40
11	火	館内窓そうじ・ワックスがけ(貸館停止)			
12	水				
13	木	書道教室 20:00	みのりの里大野		19:00
14	金	からだ元気塾 10:00	図書貸出 ファームおおの未来 18:00		15:00
15	土				
16	日	町民卓球大会			
17	月		子ども広場		14:30
18	火		魚瀬なごやか		14:00
19	水	高齢者クラブ社会見学	ステップ21		18:00
20	木	レクダンス 10:00 囲碁・将棋教室 9:00	クラフト教室 乳がん検診		13:30 13:30
21	金	からだ元気塾 10:00	図書貸出		15:00
22	土	みんなの食堂“彩” 11:30			
23	日	高齢者クラブGG大会 勤労感謝の日			
24	月	振替休日 愛のプレゼント訪問(子ども会)			
25	火	移動図書			14:40
26	水	絵てがみ 10:00 陶芸教室 14:00	津ノ森なごやか		10:00
27	木	年金協会 14:00	書道教室		20:00
28	金	からだ元気塾 10:00			
29	土	松北ブロック学習発表会(鹿島文化ホール)			
30	日				

予定は変更になる場合がありますのでご了承ください

公民館だより

大野のシンボルマーク

おおの



令和7年11月
松江市大野公民館

TEL 0852-88-2051
FAX 0852-88-3186
E-Mail oonok@mable.ne.jp

大野ふれあい健康まつり

日時 **11月9日(日)** 9:00~12:30頃
会場 松江総合医療専門学校

多くの
皆様のご来場お待ちしております!

オープニング~みんなでタオル体操~

「フレイル測定会」 (9:30~12:00)

- ・身長測定、体重測定、握力測定
 - ・15の質問票・立ち上がりテスト
 - ・集団指導(希望される方は9:30頃にお越しください)
 - ・個別指導(必要な方にはご案内する場合があります)など
- 各種コーナー(9:30~12:00)**



ふれあい市場 (10:00~12:00)

- ・しじみ・あきばのお餅
 - ・おおの米・大野ごぼう など
- *なくなり次第終了**
医専食堂にもいける!
・親子丼・からあげ・やきそば など

- ・ニュースポーツコーナー(室内モルックなど)
- ・展示コーナー
- ・eスポーツコーナー(太鼓の達人・鉄拳など)
- ・交通安全コーナー(クイックアーム)

各コーナーをまわると
抽選(ガラポン)にチャレンジ
できます!

詳細は全戸配布のチラシをご覧ください

ものづくり講座

陶芸教室

定員 15名

参加者募集!

土の感触を楽しみながら自分だけの作品を作りますか?
先生がやさしくサポートしてくれるので、初心者の方でも安心してご参加いただけます。

日時: 令和7年11月26日(水) 14:00~16:00

会場: 大野公民館 研修室

講師: 高橋幸治 高橋幸治さん

内容: マグカップ、湯呑、一輪挿しなどどれか一つを作ります

参加費: 1,500円

持ち物: エプロン、手拭きタオル

申込み: 11月17日(月)までに大野公民館(☎88-2051)へお知らせください



**【予告】ものづくり講座
しめ飾り作り**

日時 令和7年12月10日(水)
14:00~16:00

*詳細は12月号でお知らせします



ご寄付御礼

香典・玉串料返し

殿山 岩成 俊浩 様
魚瀬 村松 元司 様

大野地区社会福祉協議会

11月ごみ・資源物収集日程表

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

2026年版 島根県民手帳

700円(税込み)

公民館の窓口でも販売しております。



～松江市民ニュースポーツ大会報告～

10月5日(日)、松江市民ニュースポーツ大会が開催され、ペタンク女子の部で優勝されました。おめでとうございます！



～町民ニュースポーツ大会報告～

10月19日(日)、町民ニュースポーツ大会を行いました。天候が危ぶまれましたが、和気あいあいと楽しまれていました。入賞された地区の皆様おめでとうございます。



体協からのお知らせ
11月16日(日)「町民卓球大会」開催します。

みんなの食堂「彩」

■日時：令和7年11月22日(土)
11:30~13:00

■場所：天理教周吉分教会

■メニュー：さつまいもを使ったメニュー

■お問い合わせ：代表 石倉 勤
Tel.080-3563-1688

☆詳しくはチラシをご覧ください。

愛のプレゼント訪問

日にち **11月24日(月・振替)**

今年80歳を迎えられる方のお宅へ子ども会関係者が子ども達からの心のこもったプレゼントをお届けします。※対象の方には、案内文をお送りいたします。

主催：大野地区子ども会育成協議会

大野地区人口 (2025年9月末現在)

	人口	前月比	世帯数	前月比
大野町	420	-1	192	-1
上大野町	340	-3	167	0
魚瀬町	250	0	125	0
合計	1,010	-4	484	-1

草刈りお礼

シルバー人材センター大野地区会員さんが10月12日(日)大野公民館周辺の草刈りをしてくださいました。公民館にお立ちよりになる方も気持ち良くお越しいただけることと思います。ありがとうございました。



10月17日(金)
高野宮相撲大会が盛大に開催されました



AI デマンドバス (まつえのろーと) 利用実績

【9月の利用実績】

運行日数 22日

利用者数 506人(前年同月比-61人)
(1日平均23人)

引き続きのご利用をよろしくお願い致します

乳がん検診

日時：11月20日(木)
13:30~15:30

会場：大野公民館

乳がん検診は予約が必要です

予約先：島根県環境保健公社
TEL:61-8077

詳細は令和7年度版けんしんのお知らせをご覧ください

松北ブロック学習発表会

日時 11月29日(土)

場所 鹿島文化ホール

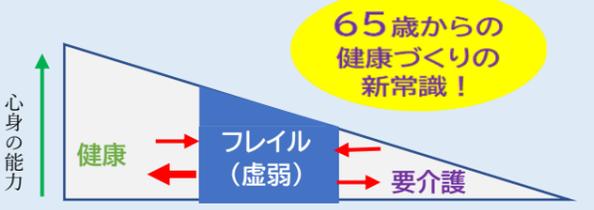
開会 9:30~

ステージ発表 9:45~14:35

出店 10:00~

メタボ予防からフレイル予防にシフトチェンジ!!

フレイルって何？
フレイルとは、病気ではないけれど、年齢と共に筋力や心身の活力が低下し、介護が必要になりやすい、健康と要介護の間の虚弱な状態のことです。しかし、フレイルであることに早めに気づいて適切な対策をとれば、元の状態に戻ることもできます。これからは病気だけでなく、**加齢の変化**にも早期に気づき、対応していくことが重要です。



65歳からの健康づくりの新常識！

参考：松江市健康福祉部介護保険課作成資料

自分の状態を知ることがフレイル予防の第一歩です。
11月9日(日)に開催される大野ふれあい健康まつりでフレイルに関する様々な測定を行いますので、ぜひお越しください♪

お問い合わせ：
松江市健康推進課
大野地区担当保健師
飛 美樹



【公民館からお願い】
大野公民館が主催または共催する事業や活動の様子を撮影した写真は広報紙やホームページなどに使用する場合がありますので、あらかじめご了承ください。