

大野地区人口（令和8年4月末現在）				
	人口	前月比	世帯数	前月比
大野町	404	-1	186	-1
上大野町	339	+1	173	+1
魚瀬町	243	0	122	+1
合計	986	0	481	+1

6月 行事・館使用予定

日	曜	公民館行事・使用	
1	月	子ども広場 14:30	
2	火		
3	水	まめなかサロン 10:00	
4	木	健康まつえ21推進隊 10:00 AIデマンドバス利用促進会議 18:30	囲碁・将棋教室 9:00 レクダンス 10:00
5	金	からだ元気塾 10:00	図書貸出 15:00
6	土		民児協 9:30
7	日		
8	月	移動図書館 14:40	子ども広場 14:30
9	火	建築組合 18:00	
10	水		ステップ21 18:00
11	木	書道教室 20:00	
12	金	からだ元気塾 10:00	図書貸出 15:00
13	土		
14	日	市ソフトボール大会（美保関）8:00	
15	月	子ども広場 14:30	
16	火	多肉植物寄せ植え教室 14:30	魚瀬なごやか（外レク）
17	水		
18	木	レクダンス 10:00	囲碁・将棋教室 9:00 クラフト 13:30
19	金	からだ元気塾 10:00	
20	土		
21	日	町民体育祭（大野小学校）8:30~12:30	
22	月	事務室閉鎖（終日）（町民体育祭開催の場合） 移動図書館 14:40	
23	火		
24	水	絵てがみ教室 10:00	ステップ21 18:00
25	木	書道教室 20:00	大野地区自治協会理事会 19:00
26	金	からだ元気塾 10:00	図書貸出 15:00
27	土	リサイクルステーション巡回 8:30	
28	日		
29	月		子ども広場 14:30
30	火	人権視察研修（事務室閉鎖）	

予定は変更になる場合がありますのでご了承ください

まめなかサロン

日時 6月3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一杯 200円

6月は市社協と包括のなんでも相談会です。
「る・る・く・る記録表」持参で粗品をお渡しします！

移動図書館巡回日

場所 大野公民館 駐車場
6月 8日(月) 14:40~15:10
6月22日(月) 14:40~15:10
*本の予約もできます。ご利用ください。

6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 紙製容器	6
7	8 もやせる	9 プラ	10	11 もやせる	12 古紙・古着	13
14	15 もやせる	16 プラ	17	18 もやせる	19 紙製容器	20
21	22 もやせる	23 プラ	24	25 もやせる	26 古紙・古着 金属	27
28	29 もやせる	30 プラ				

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のでご了承ください。

公民館だより

おおの

大野のシンボルマーク

令和8年6月

松江市大野公民館

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

第66回大野地区町民体育祭開催！

今年度は大野小学校と一緒に開催します。

大野小児童、湖北中生徒のパフォーマンスを是非見に来てください！

- 日時 6月21日(日) 8:30~12:30頃 雨天中止、予備日なし
- 会場 大野小学校 校庭
- ※競技種目等詳細はプログラムを参照ください。
- ※駐車場は、数が少ないのでできるだけ乗り合わせをお願いします。



《主催：大野公民館・大野体育協会 共催：大野小学校 協力：湖北中学校》

空き缶で楽しむ 多肉植物寄せ植え教室

使い終わった空き缶がデコレーションで大変身！人気の多肉植物でオリジナルの寄せ植えを作ってみませんか？



日時 令和8年6月16日(火) 14:30~16:00
場所 大野公民館 1階研修室
講師 多肉愛好家 井上美緒 さん

【定員】 10名
【参加費】 500円

申込み 参加希望の方は6月11日(木)までに大野公民館(88-2051)へ連絡ください
*ニスを使用しますので、エプロンまたは汚れてもいい服装でお出かけください

おおの夏まつり2026 開催決定！

・日時:7月25日(土) 17:20~
※おおの夏まつり出演者を募集します！



おおの夏まつりの地元ステージでパフォーマンスを披露していただける出演者を募集します。カラオケ、ダンス、演奏など、あなたの特技を披露しませんか？

- 【日にち】 7月25日(土) 19時頃~
- 【会場】 大野小学校上校庭（雨天時 体育館）
- 【募集数】 5組程度（大野地区在住の方）
- 【申込み】 出演希望の方は氏名、住所、連絡先、内容をTEL、FAX、メールのいずれかで大野公民館までお知らせください
- 【申込み締め切】 6月22日(月) 17:00
- *応募多数の場合は実行委員会で抽選等により決定します
- *出演順序、時間は実行委員会で決めさせていただきます

第56回市民体育祭松江市ソフトボール大会

日時 6月14日(日) 開会式 8:00 ※雨天中止、予備日なし
会場 Bグループ 美保関総合運動公園(多目的広場)



※大野地区交通指導員の交代について※
令和8年度 次の3名の方が教育指導員及び交通指導員になりました。よろしくお祈いします。またご退任された兼折幹夫様には長年のご尽力ありがとうございました。

役職	氏名
教育指導員 交通指導員	八幡 弘文(再任)
教育指導員 交通指導員	木村 勉(再任)
教育指導員 交通指導員	金坂 雅司(新任)

ご寄付御礼

香典・玉串料返し

土居 小林 重樹 様
ありがとうございました。
大野地区社会福祉協議会

AIデマンドバス(まつえのるーと)利用実績

【4月の利用実績】
運行日数：22日
利用者数：418人
(前年同月比-36人)
(1日平均 19.00人)
引き続きのご利用をよろしくお願い致します。



事務室閉鎖のお知らせ

6月21日(日)に町民体育祭が開催された場合、6月22日(月)は事務室を終日閉鎖。6月30日(火)人権教育視察研修のため終日事務室を閉鎖します。

新しい本が入りました

- * 続・しごとば / 鈴木のりたけ
- * かつてに頭がよくなる毎日なぞなぞ
- * 空き家と移住/垣内美雨
- * 本なら売るほど①、②/児島青
- * うきうき思いつきひとり遠足/たかぎなおこ

朝ヨガで心とカラダをリフレッシュ

5月16日(土)朝ヨガを実施しました。今年は晴天に恵まれ青空の下、太陽の光をあびながらじっくりカラダをほぐしながら、全身に酸素を取り込み、頭からつま先まで心地よく目覚めていくことができました。



子ども広場開催

開設時間 14:30~17:00

- 6月 1日(月)
- 6月 8日(月)
- 6月15日(月)
- 6月29日(月)

おすすめ！呼吸筋のストレッチと体操

呼吸は、私たちが健康に生活するために欠かせない大切な働きです。しかし、加齢や運動不足、長時間の前かがみ姿勢などによって呼吸に関わる筋肉(呼吸筋)は硬くなりやすく、また姿勢不良は胸郭を広げにくくさせてしまい、浅い呼吸につながる場合があります。呼吸が浅くなると、疲れやすさや肩こり、体力低下の原因になることもあります。そこでおすすめしたいのが呼吸筋のストレッチと体操です。胸や背中、わき腹をゆっくり伸ばしながら深呼吸を行うことで、呼吸筋の柔軟性が高まり、呼吸がしやすくなります。また、深い呼吸はリラックス効果も期待でき、気分転換や睡眠の質の改善にも役立ちます。体操は椅子に座ったままでも簡単に行えます。タオルを持ちながら両手を上げて大きく息を吸い、ゆっくり吐きながら体を横に倒す運動や、肩を大きく動かしながら呼吸を整える運動がおすすめです。毎日少しずつ続けることで、呼吸が整い、元気に活動しやすい身体づくりにつながります。呼吸筋をはじめとした身体のコンディショニングを行い、健康でいきいきとした毎日を過ごしましょう。

松江総合医療専門学校 理学療法学科
専任教員 福島卓



図：呼吸筋ストレッチと体操

図書貸出日

- 6月 5日(金) 15:00~17:00
- 6月12日(金) 15:00~17:00
- 6月26日(金) 15:00~17:00