



2025

宍道公民館だより

◆編集・発行

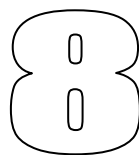
松江市宍道公民館

〒699-0401 松江市宍道町宍道 885-3

TEL 66-0811 FAX 66-0303

HP <http://matsue-city-kouminkan.jp/sinji/>

E-mail:sinjik@mable.ne.jp



宍道公民館 夜間・休日施設管理員募集

宍道公民館では、夜間および土日祝日に施設の管理業務を担ってくださる方を募集しています。

【主な仕事内容】

- 施設の受付・電話対応
 - 館内外の巡回・施錠などの簡易警備業務
 - 死亡届出の受付
 - その他、館内清掃・点検など付随作業
- ※業務内容については丁寧に引き継ぎを行いますので、未経験の方も安心してご応募ください。

【勤務形態】

- 勤務時間
平日 17:00～22:00 (5時間)
土/祝日 9:00～22:00
(午前/午後/夜間の各4～5時間交代制)
日曜日 9:00～17:00
(午前/午後の各4時間交代制)
- ※いずれも1人での勤務となります。
- ※月10回程度の勤務になります。
- 休日：シフト制
(年末年始などの休館日は休み)
- 給与：時給980円
- 社会保険：なし
- 雇用形態：パート

【応募要件】

- 年齢/性別/経験不問
(定年退職後の方も歓迎)
- 地域住民や利用者に対して、丁寧で誠実な対応ができる方
- 夜間や休日の勤務が可能な、健康で責任感のある方

【募集要項】

- 募集人数：2名程度
- 勤務開始時期：令和7年9月上旬(応相談)

【応募方法】

履歴書を8月12日(火)までに宍道公民館へ提出ください。
書類選考のうえ、面接日等の詳細をおってご連絡いたします。



【問合せ先】宍道公民館 TEL 66-0811

宍道公民館休館のお知らせ

◆休館いたします◆

★令和7年8月13日(水)

14日(木)

15日(金)

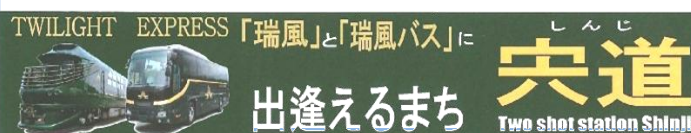
注：学校施設利用団体で小・中学校のカギを借りられる方はご注意ください。



【問合せ先】宍道公民館 TEL 66-0811

トワイライトエクスプレス「瑞風」 8月の停車スケジュール

8月の「瑞風」お出迎えはありません。



8月 主な行事予定

冷蔵庫に貼ってお使いください。
関係ある部分はマーカー等をしてお使いください

日		行	事	日		行	事
1	金	乳がん検診	㊦	16	土	宍道町盆踊り&夏夜祭	
2	土	子ども食堂	㊦	17	日	健康麻雀	㊦
3	日	カオサークル/写楽会	㊦	18	月	みんなで歌おう	㊦
4	月			19	火	レフラワーサングリスン/宍道俳句会	㊦
5	火	レフラワーサングリスン	㊦	20	水	名刺交換会/健康麻雀女性	㊦
6	水	健康麻雀女性	㊦	21	木	7/8 集団健診結果報告会	㊦
7	木	9/9 集団健診(宍道健康センター)申込締切	㊦	22	金	ぷらっとさろんカフェ/うらやま/からだ元	㊦
8	金	うらやま/からだ元	㊦	23	土	健康麻雀/パソナ研究会/カオサークル	㊦
9	土	健康麻雀	㊦	24	日	子ども食堂	㊦
10	日	パソナ研究会	㊦	25	月		
11	月			26	火	レフラワーサングリスン	㊦
12	火			27	水	わいわいサロン	㊦
13	水	休館日 ※支所開庁 8:30~17:15	㊦	28	木	健康麻雀女性/絵手紙サークル	㊦
14	木	休館日 ※支所開庁 8:30~17:15	㊦	29	金	ぷらっとさろんカフェ/うらやま/からだ元	㊦
15	金	休館日 ※支所開庁 8:30~17:15	㊦	30	土	子育て&子育て支援のための講座	㊦
				31	日	胃がん・大腸がん・子宮がん検診	㊦

※詳細につきましては下記にお問い合わせください。
7月17日現在の情報です。



㊦	宍道公民館・社協	66-0811
㊦	きまち来楽館	66-3554
㊦	宍道支所	55-5800

㊦	子育て支援センター	66-1428
㊦	宍道体協	66-0811
㊦	湖南地域包括支援センター	24-1830
㊦	ギャラリーC	67-1166

㊦	しんじ保育園	66-8008
㊦	宍道小学校	66-0352
㊦	来待小学校	66-0051
㊦	宍道中学校	66-0854
㊦	宍道高等学校	66-7577

★松江市立移動図書館車巡回日程(8月)

	宍道公民館	きまち来楽館
14日(木)	10:50~11:40	9:50~10:30
28日(木)	10:50~11:40	14:10~14:50

※一人10冊まで借りられます。たくさん読書してくださいね!

図書コーナーからお知らせ!

公民館の図書コーナーの本を借りることが出来ます。ひとり3冊まで、期間は2週間です。公民館窓口で手続きしてくださいね。
テーブルもありますので、その場で読まれてもかまいません。窓口に一声かけてくださいね。

【公民館の一コマ】～駐車場脇の落花生～

この落花生は青少年部と青少年育成協議会が連携し、開墾された土地で作物を育て、地域の子どもの体験学習に役立てようと企画したもので、自然や農作物への理解を深めることを目的としています。
収穫体験などを通じて、地域ぐるみの学びと交流の場となることが期待されています。



★宍道町の人口・世帯数

【6月末現在】

※数値は外国人住民の数が含まれています。

人口	7,938人	(前月比)
男	3,848人	(-6)
女	4,090人	(-10)
世帯数	3,273世帯	(-7)

【杜協】健康講演会のお知らせ

健康講演会開催

ご案内

演題「健康寿命をのばす！」

— 日々の運動習慣にプラスした
生活機能向上のヒント —

と き 令和7年8月22日(金) 13:30～15:00
(受付13:00)

ところ 宍道公民館(しんじアエルネ)

講 師 株式会社 フジコーポレーション
代表取締役 藤井寛幸氏(作業療法士)

簡単な運動も予定しています。動きやすい服装で、
水筒をご持参ください。

加齢にともなう「フレイル」について学び、
若々しく自立した生活を手に入れましょう！
共催 しんじワーキング倶楽部

お知らせ

当日は、しんじワーキング倶楽部に所属する
宍道町内の医療福祉各事業所による紹介ブース
を設けております。

資料をご自由にお持ち帰り
ください。



しんじワーキング倶楽部共催事業

【問合せ先】宍道地区社会福祉協議会
TEL 66-0811(宍道公民館)

社会を明るくする運動 啓発活動！

7月4日(金)にはベル店頭など町内3か所において街頭啓発活動のチラシ・ティッシュ配布を実施しました。

今年度の啓発活動の様子です。



令和7年度 高砂祝いについてのお願い

夫婦おそろいで結婚 65 周年を迎えられる方々を、11月19日(水)に開催の「松江市社会福祉大会」においてお祝いたしたく存じます。

該当者の方、該当者を把握しておられる方は松江市社会福祉協議会までご連絡ください。

情報提供いただく際は、高砂祝い以外にその情報を使用することはない旨をご説明いただき、ご本人の了解の上ご提供いただきますようよろしくお願いいたします。

○高砂祝い該当者：昭和35年1月1日から同年12月31日までに結婚された夫婦

○受付締め切り：令和7年9月12日(金)

【問合せ先】松江市社会福祉協議会総務課
TEL 21-5773

宍道町盆踊り&夏夜祭



特別企画!!
ビール1杯100円!!
当夜限定です

しんじ盆踊り
飛び入り大歓迎

BBQビアガーデン
ビールによく合うBBQのグルメ

こども縁日
楽しい体験いっぱい

日時
8/16(土)
17:00-21:00
ラストオーダー20:30

詳しい内容はこちら

場所

ニューカルフェスタで検索!

場所：くらしステーションしんじアエルネ(宍道公民館)

【問合せ先】ニューカルフェスタ
newcalfesta0209@gmail.com

宍道子育て支援センターより

子育て＆子育て支援のための講座 要予約

「音楽あそび リトミック」

日時：8月28日（木）10:30～11:30
場所：宍道公民館 大会議室 定員：15組程度
予約開始 8月1日（金）9時から

「親子ふれあいベビーヨガ」

日時：9月11日（木）10:30～11:30
場所：宍道子育て支援センター 定員：10組程度
予約開始 8月20日（水）9時から

うりぼうず広場とえほんの時間 要予約

場所：宍道子育て支援センター 定員：8組程度

日時：8月7日（木）10:30～11:15
予約開始 7月22日（火）9時から
日時：9月29日（月）10:30～11:15
予約開始 9月1日（月）9時から

【問合せ先】 宍道子育て支援センター 66-1428

宍道中学校 生徒会より

色決め集会

6月30日に体育祭 色決め集会がありました。今年は学年やクラスの垣根を越えて、赤、黄、青の三色でチームを組みます。スローガンは「Go Wild！～走れ！笑え！楽しめ！～」です。チームの色長3人が障害物競走をした後に、絵具の入ったペットボトルを振り、色が決定しました。生徒会本部が企画し、準備してきたので全校が楽しめる形で、体育祭のスタートを切ることができ、よかったと思います。

これからも体育祭に向けて、全校で頑張っていきたいです。



【問合せ先】 宍道中学校 66-0854

体協ニュース8月！

第14回宍道町民グラウンド・ゴルフ大会
優勝 伊藤洋司さん（宍道大森）
準優勝 高木健男さん（上白石）
第三位 玄行敦子さん（六区）



おめでとうございます！

宍道支所 保健師より

～カルシウムたっぷり 

骨太炊き込みごはん～

今回は、宍道地区食生活改善推進員さんから炊飯器を使って手軽にできる炊き込みごはんを紹介してもらいました。夏は冷たいもので簡単にすませたくなりますが、栄養が偏り夏バテを起こすことがあります。このレシピは栄養バランスが良く、不足しがちなカルシウムや食物繊維を摂ることができます。今回のレシピではいわし缶を使用していますが、さば缶で作ってもおいしくいただけます。魚やきのこが苦手なお子さんと一緒に楽しみながら作ってみてください！

★【材料】（4人分）

米	…2合
いわし缶（醤油味）	…1缶
きのこ	…1パック（100g）
油揚げ	…1枚
塩	…小さじ1/2
スキムミルク（あれば）	…大さじ2
すりごま	…大さじ2
青しそ	…2枚



★【作り方】

- 炊飯器に米と2合の目盛りより少なめの水、いわし缶（汁ごと）、きのこ、油揚げ、塩を入れて炊く。
- 炊きあがったら、スキムミルクとすりごまを加えて混ぜる。
- 器に盛り、刻んだ青しそを添える。

～「まめなか相談」のお知らせ～

電話や面談（要予約）で宍道支所保健師による健康相談を実施しています。

日時：月～金曜日 8:30～17:15（祝日を除く）

☆熱中症を予防するために、室内でも外出時でも、のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分・塩分などを補給しましょう。

☆8/29の胃がん、大腸がん、子宮がん検診は予約不要です。13:30～15:30に宍道公民館へお出かけください。

【問合せ先】 宍道支所市民生活課 55-5806

新たな土地利用制度 意見交換会

松江市では、「線引き」を用いない新たな土地利用制度の検討のため、住民の皆様と意見交換会を行います。

日時：9月1日（月） 午後6時30分から
（1時間程度）
場所：宍道公民館 中会議室2 ※事前申込不要

【問合せ先】 松江市 都市政策課 55-5373