

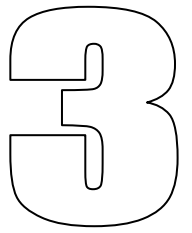


2022

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
TEL66-0811 FAX66-0303
HP <http://matsue-city-kouminkan.jp/sinji/>
E-mail:sinjik@mable.ne.jp



第2回「宍チャレ！」

え、？

ちいさな

宍道公民館に、

ネイチャ →

自然公園作るって？

パーク

んなことある？



場所：宍道公民館 日時：3月20日 10:00-15:00

宍道の地域の方に胸を借りて、
宍道高校生が様々なことにチャレンジ！
名付けて「宍チャレ！」
今回は、地域の方に力を借りてワクワク、ドキドキをテーマに、
自分の枠を飛び越えて、「自然縛り」で自由に企画をしました！

大会議室

- ・草や花のしおりづくり
- ・落ち葉アート
- ・作って遊ぼう紙鉄砲



小会議室

- ・プラネタリウム



広場

- ・作って遊ぼうモルック！
- ・竹で作る弓矢
- ・焚き火

中会議室

- ・ナーフ戦



軒の下

- ・牛肉の麺づけ焼き
- ・しじみ汁
- ・炊き込みご飯
- ・肉まん



裏山

- ・裏山探検！



3月20日(日)

10:00~15:00

※ナーフ戦や食べ物屋さんには有料です。
お小遣いをもってきてね！
※体験開始時間はそれぞれです。ご注意ください



待ってるよー！

トワイライトエクスプレス「瑞風」 3月の停車スケジュール

お知らせ！

「瑞風」朝7時54分到着 3月カレンダー
山陰・山陽周遊コース2日目

3月	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			

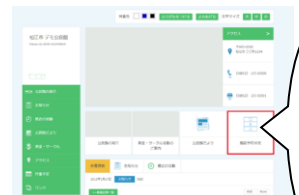
公民館の施設予約状況 が見れるようになりました！

お知らせ！

ホームページのトップ画面または、下にあるQRコードから公民館施設の予約の状況がわかるようになりました。



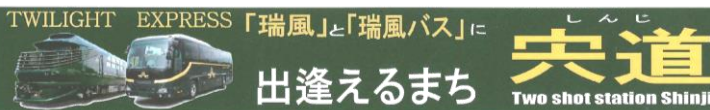
QRコード



ホームページ画面

ここをクリック！

サイトからの予約はできません
最新の情報は公民館にお問い合わせください。



3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
1	火	生花サークル 因
2	水	健康麻雀 因 からだ元気塾 因
3	木	ぷらっとさろんカフェ/からだ元気塾 因 フサカルブ マケ 因 
4	金	大正琴 D 因 健康体操サークル 因
5	土	栄チャレ!/健康麻雀 因
6	日	栄道高校「雪合戦！」 因
7	月	
8	火	うりぼうず広場&えほんの時間 因
9	水	健康麻雀 因 からだ元気塾 因
10	木	ぷらっとさろんカフェ/コールそれいゆ/レッツ3B 体操/楽健サークル/絵画教室/からだ元気塾 因
11	金	大正琴 C/詩吟サークル/写楽会 因
12	土	楽健サークル/健康麻雀 因
13	日	森のコン 因
14	月	みんなで歌おう 因
15	火	リフォーム手仕事の会/生花サークル 因

日	行	事
16	水	健康麻雀 因 からだ元気塾 因
17	木	瑞風 ぷらっとさろんカフェ/楽健サークル/からだ元気塾 因 フサカルブ マケ 因 子育て&子育て支援のための講座 因
18	金	大正琴 D/健康麻雀 因 健康体操サークル 因
19	土	楽健サークル 因
20	日	小さなチャパ-ケックオフイベント 因
21	月	春分の日 迷木盆栽会 因
22	火	
23	水	健康麻雀 因 からだ元気塾 因
24	木	瑞風 ぷらっとさろんカフェ/コールそれいゆ/レッツ3B 体操/楽健サークル/からだ元気塾 因
25	金	大正琴 C/haru パン教室/健康麻雀/詩吟サークル 因
26	土	
27	日	
28	月	みんなで歌おう 因
29	火	春休みナフ&ミニ四駆イベント 因
30	水	健康麻雀 因 からだ元気塾 因
31	木	瑞風 ぷらっとさろんカフェ 因

※詳細につきましては下記にお問い合わせください。

因	栄道公民館・社協	66-0811
因	きまち来楽館	66-3554
因	栄道支所	55-5800
因	健康センター	55-5811

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

因	しんじ幼保園	66-8008
因	栄道小学校	66-0352
因	来待小学校	66-0051
因	栄道中学校	66-0854
因	栄道高等学校	66-7577

★松江市立移動図書館車巡回日程(3月)

	栄道公民館	きまち来楽館
10日(木)	10:50~11:40	9:50~10:30
24日(木)	10:50~11:40	14:10~14:50

※一人10冊まで借りれます。
たくさん読書してくださいね!

図書館コーナーからお知らせ!

公民館の図書館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。

編集後記
北京オリンピックが閉会しました。コロナ禍の中、選手の方々は、計り知れないご苦労があったと思います。そんな中、夢・希望・挑戦の気持ちを持ち、どんな結果にも喜び、悔しさを素直な言葉に感銘と爽やかさを感ずりました。
公民館も、地域の皆さんが、何かに挑戦したり表現したり、発見する場所です。主役は、地域の方お一人おひとりです。皆さんも公民館で、仲間と思いきり自分を活かしてみませんか。(星野)

3月の行政相談
日時 3月8日(火)
9時30分~12時
場所 栄道健康センター

★栄道町の人口・世帯数

【1月31日現在】

※数値は住民登録者数と外国人登録者数の合計

人口	8,412人	(前月比-4)
男	4,059人	(±0)
女	4,353人	(-4)
世帯数	3,256世帯	(+1)

森♡コン 開催！（婚活イベント）

募集！

2月の「森♡コン！」は中止されましたが、3月はやりますよ～！〇〇と出会いたい方募集中！

森♡コン

サバゲーで合コンイベント！！

昨年プレオープンした宍道サバゲーPARK DANDANにて自然を活かした合コンイベントを開催！

△ホワイトデーDEサバゲー

2022年3月13日(日) | 13:00~16:00

参加費: ¥1,000

(レンタルなど込み)

内容

サバゲーを体験しながら交流を深めよう！
普段のストレスも広大なサバゲーフィールドで発散！
ドキドキするのはサバゲーのせい！？
それとも...！？

経路状態で巻き起こる出会いの予感！



荒木 まどか

司会は山陰でご活躍中のフリーアナウンサー 荒木まどかさん

詳細は公民館にあるチラシをごらんください。

松江市地域版まちづくり総合戦略事業
主催：森コン実行委員会
事業名：街コンじゃなくって…森コンでもいいんじゃない？事業
運営：株式会社CLIP

お問い合わせ先：0852-78-2627
contact-dandan@kk-clip.co.jp

春休み！「ナーフ&ミニ四駆」！

募集！

春休み！3月29日（火）公民館特設会場で「ナーフ&ミニ四駆」など宍道サバゲーPARKDANDAN とベニヤ模型さんとのコラボ体験イベントです。詳しくは、公民館にあるチラシをご覧ください

3月29日(火) 各種持込みOK！
たまにはガッツリ遊んじゃおう！

ラジコン体験コーナー

100円

オリジナル屋外コースでラジコンを走らせよう！



ナーフバトル体験

コーナー

500円

DEYS屋外特設ナーフフィールドで熱いバトルを！



ミニ四駆体験コーナー

100円

マシンを選んでタイムを競え！



新規サークル生徒募集！

募集！

Pori のお絵描き教室！

似顔絵やイラストなどのお絵描き教室です。ちょっと勉強してみようかな？と思う方ご参加をお待ちしております！

4月17日開講

- ◆教室日時：第1・第3 日曜日
午前10時～11時30分
- ◆受講料：1回 1,300円
- ◆会場：宍道公民館 ◆定員 6名
- ◆申込み：080-2903-1066（堀江）



宍道公民館運営協議会 事業部
令和4年度 わくわく事業！（案）

お知らせ！

わくわくする企画！みんなのやってみよう！を形にしましょう。ご相談ください。

【令和4年度企画（案）抜粋】

- 第7回アイデアプレゼン大会6月11日予定！
- ちいさなネイチャーパーク
公民館裏山でツリーデッキ製作に挑戦！
- ファッションショーイベント
「宍道ガールズコレクション？」
- 被災地から学ぶフォーラム in 宍道
- 大人図鑑登録者の拡大
- まち歩きマップ制作
- 宍道エール第2弾！カタログギフト編
- 絵手紙教室・お絵描き教室の新規開催！

※上記わくわく事業は、企画段階です。地域の皆さんのアイデアをください。また、実行スタッフにご協力をお願いします。

絵手紙教室生徒募集！！

私達は「ヘタでいいヘタがいい」を合言葉にして絵手紙の手描きの感動や温もりを感じて頂き、心が癒されれば幸いに思います。描いて楽しい、貰って嬉しい絵手紙をこの機会に是非トライしてみませんか？

絵手紙を描くのに絵心はいりません。自分流の絵手紙を描きましょう。

- ◆講師：日本絵手紙協会公認講師 野波健治
連絡先：090-6438-9683 ◆住所：松江市幸町
- ◆教室会場：宍道公民館
- ◆教室日時：毎月1回 第4木曜日
午前10時～12時
- ◆受講料：1回 1,000円
- ◆申込み、問合せ：講師連絡先まで

4月28日

(木)開講

宍道子育て支援センターより **お知らせ**

3月のつどい

定員 18名(要予約)
場所 宍道公民館 大会議室

子育て&子育て支援のための講座

「親子運動あそび」

日時：3月17日(木)
10:30～40分程度

講師：島根県レクリエーション協会
レクリエーションインストラクター
栢野 和美氏

持ち物：バスタオル、水分補給用の飲み物
※動きやすい服装でお越しください
共催：宍道地区社会福祉協議会



予約開始 2月1日(火) 9時から

うりぼうず広場とえほんの時間

日時：3月8日(火) 11:00～11:30
内容：絵本の読み聞かせ、ふれあい遊び
パネルシアターなど

予約開始 2月15日(火) 9時から

【お問合せ先】宍道子育て支援センター 66-1428

宍道中学校 生徒会より **お知らせ**

【家庭学習時間対決！】

2月の生徒会の特別活動として「家庭学習時間対決」を行いました。目的は他の学校と比べて家庭学習時間が非常に短いのでその家庭学習時間を伸ばす習慣をつけるために行いました。5日間と短い期間でしたが、テスト期間と重なったこともあり全学年平均時間 60分を超えることができました。この学習時間が習慣化してくれると嬉しいです。そして今回のテスト結果が楽しみです。



【お問合せ先】宍道中学校 66-0854

宍道町体育協会より **お知らせ**

3月開催予定の「第43回まつえレディースハーフマラソン」は新型コロナウイルス感染症の影響により中止が決定しました。

【お問合せ先】宍道体育協会 66-0811

宍道支所保健師より **お知らせ**

3/1～3/8は女性の健康週間です！

日本人女性がかかるがんで最も多いがんは、乳がんです。喫煙、肥満などが乳がんにかかるリスクを高めると考えられています。この機会に乳がんについて考えてみませんか？

乳がんについて

乳がんになる
確率は約
10人に1人

罹患は
30代後半
から増加

早期発見
であれば90%
の人が治る

30～64歳
女性の
死亡原因1位

死亡者数
年間
14,839人

罹患者数
年間
約9万1千人

乳がんのセルフチェック

乳がんは自分で発見できる数少ないがんです。毎月セルフチェックをしているうちに、自分の乳房の普通の状態がわかり、異常を早く見つけられます。

- ①日頃から自分の乳房を見て、触って感じる習慣をつける
- ②気を付けたい乳房の変化(しこりや血性の乳頭分泌など)を知る
- ③乳房の変化を自覚したら、すぐに医師へ相談する
- ④40歳になったら2年に1回は定期的な乳がん検診を受ける

今年度のがん検診は3月31日までです。対象の方でまだ受診をしていない方は早めに受診をしましょう。

検診の受け方など詳細については「令和3年度版 けんしんのお知らせ」をご覧ください。



【お問合せ先】宍道支所 市民生活課 55-5806

卒業 おめでとうございます。 **おめでとう**

祝 卒業

【卒業式日程】

宍道高等学校	3月13日(日)
宍道中学校	3月9日(水)
大野原分校	3月10日(木)
来待小学校	3月17日(木)
宍道小学校	3月17日(木)
しんじ幼保園	3月18日(金)