



2022

宍道公民館だより

◆編集・発行

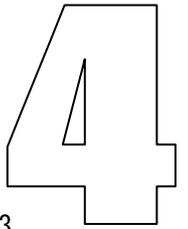
松江市宍道公民館

〒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



令和4年度が始動！

やさしい気持ちで・・・

東京オリンピック/パリオリンピック、冬季北京オリンピック/パ
リオリンピックも終わりました。色々考えさせられる大会
になってしまいましたね。そして、ウクライナへのロシアの侵攻は世界を巻き込みこれもまた、
様々な影響を私たちに与えています。

コロナ禍でイベント制限など、今年度も続く
と思われます。一人一人が感染に気を付ける以外防ぐ方法はありません。公民館は経済活動を行
っているわけではありませので、感染リスクを考えるといち早く閉館すべきところかもしれ
ません。しかしそれでは地域コミュニティはおろか人の暮らしに欠かせない他者との繋がりが
希薄になります。一人で生きること、家族で生きることは一時的には可能ですが、心にはた
くさんのいらだち、怒り、そして寂しさができ
てくると感じます。

宍道公民館は引き続き、地域づくりに主体的
に参加される地域の方々や諸団体の皆様と共
創・協働して、社会教育、福祉活動、地域を担
う次世代の育成に係る事業を展開し、「やさしい
まち宍道」を目指します。

ますますのご指導とご協力をいただきますよ
うお願いいたします。宍道公民館長 佐藤和彦

サバゲーで婚活！森コン！

報告！

宍道サバゲーPARK DANDANにて3月13日
(日)に「△ホワイトデーDEサバゲー」事業が
開催され、25名の参加がありました。1組がマ
ッチング！「おめでとう！」参加者の皆さんは
3時間ほどの短い時間でしたが、サバゲーで普
段のストレスも発散！楽しみながら友達になれ
たらいいですね～
また開催しますよ！



宍道公民館文化サークル ご紹介&会員募集

お知らせ！

宍道公民館では、地域の皆さんの交流の場と
して、趣味・健康増進・自己啓発などを目的に
たくさんのサークルが活動されています。

宍道公民館で活動されているサークルのご紹
介と各サークル員を募集しています。詳細につ
きましては宍道公民館までご相談ください。

また、年間を通して、宍道公民館文化サー
クルを募集していますので、申請したいサークル
の方は公民館へお問い合わせください。

トワイライトエクスプレス「瑞風」 4月の停車スケジュール

お知らせ！

「瑞風」朝7時54分到着 4月カレンダー

4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	

宍道地区自治会連合会より

令和4年度 宍道地区自治会連合会総会

期日 令和4年4月20日(水)

時間 19時～

場所 宍道公民館

【お問合せ】宍道公民館 66-0811



4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	金	大正琴 D/手芸教室 因 健康体操サークル 因
2	土	健康麻雀 因
3	日	
4	月	
5	火	生花サークル 因
6	水	からだ元気塾 因
7	木	ぷらっとさろんカフェ/コールそれいゆ/レッツ3B 体操/からだ元気塾 因
瑞風		
8	金	大正琴 C/詩吟サークル/写楽会 因
9	土	楽健サークル/子ども神楽教室/塔短歌会/健康麻雀 因
10	日	宍道サバゲーPARK DANDAN オープン
11	月	みんなで歌おう/フルトサークル 因
12	火	行政相談 因
13	水	健康麻雀/安来節保存会 因 からだ元気塾 因
14	木	ぷらっとさろんカフェ/コールそれいゆ/楽健サークル/絵画教室/からだ元気塾 因
瑞風		
15	金	haruパン教室/大正琴 D 因 健康体操サークル 因 うりぼうず広場とえほんの時間 因

日	行	事
16	土	健康麻雀/迷木盆栽会/人形教室 因
17	日	Por i のお絵描き教室/安来節保存会 因
18	月	宍道俳句会 因
19	火	生花サークル/リフォーム手仕事の会 因 わいわいサロン 因
20	水	自治会連合会総会 健康麻雀 因 からだ元気塾 因
21	木	ぷらっとさろんカフェ/コールそれいゆ/楽健サークル/からだ元気塾/レッツ3B 体操 因
22	金	詩吟サークル/大正琴 C 因
23	土	楽健サークル/子ども神楽教室/健康麻雀 因
24	日	サンデーガーデン
25	月	みんなで歌おう/フルトサークル 因 子育て & 子育て支援のための講座 因
26	火	
27	水	健康麻雀 因 からだ元気塾 因
28	木	ぷらっとさろんカフェ/コールそれいゆ/楽健サークル/からだ元気塾/絵画教室 因
29	金	【昭和の日】森の誕生日
30	土	健康麻雀 因

★宍道公民館では新年度から活動される新規文化サークル員を募集します。ご自分の趣味や特技を活かし、楽しく活動してみませんか。詳しくは全戸配布の募集要項をご覧ください。

※詳細につきましては下記にお問い合わせください。

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

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

幼	しんじ幼保園	66-8008
小	宍道小学校	66-0352
小	来待小学校	66-0051
中	宍道中学校	66-0854
高	宍道高等学校	66-7577

【移動図書館車の巡回について】

松江市立中央図書館は松江市総合文化センター改修工事のため4月1日から臨時休館します。そのため、移動図書館車の巡回が下記のとおり休止になります。

・巡回休止期間 令和4年4月1日～5月31日

公民館の本の返却についてのお知らせ

年度末に公民館の図書コーナーの本の整理をします。期限が過ぎている本がご自宅にありましたら、4月22日までに返却お願いします。宍道公民館のシールがついている本に心当たりの方は、探してみてね！

編集後記

期待と不安を胸に新年が始まりました。私事ですが宍道公民館で六年目を迎え、宍道に来てから始めたランニングやメダカの飼育等、充実した日常生活を送っています。毎日常に立寄り、軽く声をかけてくださる地域の皆さんに励まされ、業務にも励むことができています。コロナ禍が過ぎ、今年度も皆さんと一緒に笑顔になれる事が

(安達)

★宍道町の人口・世帯数

【2月28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	8,419人	(前月比+7)
男	4,061人	(+2)
女	4,358人	(+5)
世帯数	3,262世帯	(+5)

4月の行政相談
日時 4月12日(火)
9時30分～12時
場所 宍道公民館

公民館施設 利用について

お知らせ

【指定避難所】

★公民館は震災害・水害・土砂災害の指定避難所です。避難命令に関わらず避難が必要な方はご相談ください。

【駐車場利用について】

★公民館利用者でない個人が一時的に駐車場を使う場合、公民館受付で許可証を発行します。フロントガラスに見えるようにおいてください。

(イベント等でお断りする場合も有ります。)

★公民館駐車場を研修や旅行等のマイクロや大型バスの乗降場所として利用される場合は必ずご連絡ください。公民館の駐車場は狭く、事故の原因になりかねません。時間帯や、施設利用状況によっては進入を断る場合もあります。

【ロビー利用について】

★くらしステーションしんじアエルネのロビーは展示会場として貸し出しております。個人・団体など展示等ご利用希望の方はご相談ください。

【公民館前庭・裏庭等のご利用】

★イベントやガーデンパーティーなどで公民館裏庭や前庭を貸し出しています。ご利用の方はご相談ください。

【パーティーの移動利用について】

★公民館の大会議室等のパーティーを開いてご利用される団体様は、事前に「パーティーの開閉の仕方」についての説明を職員より受けてください。特に夜間・土日祝日の利用団体の方ご注意ください。

【喫煙について】

★宍道公民館敷地内はすべて禁煙です。駐車場および・自車内でも吸うことはできません。ご協力をお願いします。

サンデーガーデン 開催!

お知らせ



松江ヨアカリ in 宍道 開催!

お知らせ



春の全国交通安全運動

お知らせ

令和4年4月6日(水)~15日(金)

期間中の4月10日は「交通事故死ゼロを目指す日」となっています。

地域の子どもたち、高齢者を交通事故から守りましょう。一人一人が時間にゆとりを持ち、ルールを守り、優しい運転を心がけてください。歩行者、自転車、バイクに乗る方もルールを守ってくださいね。

子育て支援センターより

お知らせ

4月のつどい

- ・定員 18 名 (要予約)
- ・場所: 大会議室

ういぼうず広場とえほんの時間

日時: 4月15日(金) 11:00~11:30

内容: 絵本の読み聞かせ、手遊び、ふれあい遊び など

予約開始 4月1日(金) 9時から



子育て&子育て支援のための講座 「保健師さんとのおしゃべり会」

日時: 4月25日(月) 10:30~ 40分程度

講師: 宍道支所 保健師

※希望される方は身体測定もできます。
母子手帳をお持ちください。

予約開始 4月1日(金) 9時から

予告

子育て&子育て支援のための講座 「五感を育む木のおもちゃ」

日時: 5月9日(月) 11:00~11:30

講師: 木のぬくもり屋・木育インストラクター
関野 治男氏

予約開始 4月8日(金) 9時から

【お問合せ】 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

【3年生を送る会】

今年の3年生を送る会は、新型コロナウイルス感染症対策のためリモートで行いました。今年のテーマは『Special Thanks~届け!感謝の思い~』でした。できることには限りがありましたが、しっかり3年生に感謝を伝えることができました。3年生の皆さんにも喜んでもらえてよかったです。

【卒業式】

3月9日には卒業式がありました。卒業式も新型コロナウイルス感染症対策のため一部の生徒しか出席することができませんでした。3年生の皆さんは笑顔でたくましく、この宍道中学校を旅立って行かれました。今までたくさんお世話になった3年生の皆さんが卒業される姿を見られなかったのはとても残念でしたが、在校生は新たな一歩を踏み出す先輩方を、これからも応援したいと思います。



【お問合せ】 宍道中学校 66-0854

宍道支所保健師よりお知らせ

お知らせ

~新年度がスタートしました~

4月は、気候や新しい職場、新しい仲間、引越しなどの「変化」が多くストレスを感じやすい時期です。日常生活の中でストレスを溜めないコツを身につけ、上手につきあいましょう。

ライフスタイルはこころの健康にも大切です
—生活習慣—

ストレスと上手につきあうには、まずは毎日の生活習慣を整えることが大切です。バランスの取れた食事や良質な睡眠、適度な運動習慣を維持することが、心の健康の基盤になります。

頭をやわらかくしましょう —考え方—

ストレスを感じている時、私たちは物事を固定的に考えてしまうことがあり、問題点や良くない事ばかりに注目しがちになります。実際に出来ていること、上手く行っていることに注意を向けるなど考え方やものの見方を少し変えてみるだけで、気持ちが少し楽になることがあります。

困ったときは誰かに話してみましよう

—相談—

困ったときやつらいときに話を聞いてもらうだけでも気持ちが楽になることがあります。日頃から気軽に話せる人を増やしておきましょう。一方で、こころと体の不調が続くときには、早めに専門家に相談しましょう。

◆宍道支所保健師は下記の事業を通して、皆様の心とからだの健康づくりのお手伝いをしています。

何か気になることがある方はお声がけください。

- ※健康相談 ※健康教室 ※健康診査
- ※がん検診 ※栄養相談 ※乳幼児健康相談
- ※赤ちゃん訪問 ※特定保健指導

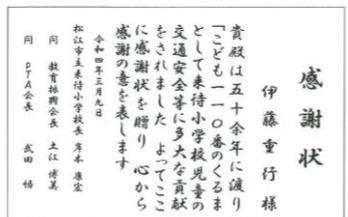


【お問合せ】 宍道支所市民生活課 55-5806

来待小学校「感謝の会」

お知らせ

3月9日に来待小学校において、50年余りにわたり登下校等の安全を見守ってくださった浜東地区の伊藤重行さんの功に感謝する「感謝の会」が開催され、感謝状が贈られました。



【お問合せ】 宍道公民館 66-0811