



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49回宍道町民文化祭 情報!

10/29 ~ 11/6

第49回宍道町民文化祭を開催。展示は幼保育園や小学校児童、中学校生徒さん、宍道高校さんを始め地域の方々の作品展示があります。平日は21時までご覧いただけます。是非仕事帰りにでも見に来て下さいね。発表はビデオ上映です。見たい映像をリクエストできるようにしています。(発表は17時で終了です)

令和5年 第50回宍道町民文化祭記念!

鼓動芸術祭

来年は宍道町文化祭が第50回を迎えます。半世紀を記念して新たな時代を築きます。宍道町全体で行う芸術祭! 計画概要を展示します。宍道芸術祭は「まちの鼓動」をテーマとし全国の小さな町村に勇気の心音を響かせることを目指します。



きまち川まつり! 開催で〜す

2年中止となった「きまち川まつり」が10月16日(日)に開催されます。オープニングは来待小学校の「来待っ子太鼓」です。雄姿を見に来て下さい。

10/16
10:00~13:00

イベント会場

- 来待っ子太鼓・開会式 (10:00~)
- 活しお鑑賞(10:00~)
- 緑の基金運動!! 苗木配布
- 閉会式(13:00)



来待ストーン 秋の陶器市 10:00~

来待陶業や来待石粉を使用した陶器などを展示販売します



きまち来楽館 10:00~13:00

ステージ発表

- 加茂BBQダンス教室
- 宍道遊踊り連 豊盛道部
- ダンススタジオ リライズ
- ファンキージャズ
- 島根県立三刀屋高等学校 ダンス同好会
- A-STEP



秋のルン・トルン♪ウォーキング

- 集合場所 きまち湯治村駐車場
- 集合時間 9:00(9:30スタート)
- 定員 100名
- 参加料 無料



八重山・大平山城トレッキング

きまち川の源流、八重山・大平山城に登り眺望を堪能しよう!

- 集合場所 きまち湯治村駐車場
- 集合時間 9:30(10:00スタート)※13:00頃 昼食後/解散
- 定員 25名 ※最終締切は10月13日(木)
- 参加料 2,000円(昼食代金を含む)

10:00 きまち湯治村駐車場出発(バスにて)→小浜公民館到着
10:20 八重山山頂(11:00 山頂到着(休憩))
11:30 大平山城→12:00 下山開始 →12:40 小浜公民館到着
13:00 湯治村到着→昼食→解散
※登山は必ず事前予約が必要です。
※登山はいい季節です! ※登山の出来不出来はお任せください。
※小浜公民館へ参加費がけられます。申し込みにお名前、おついでに!



トレッキングのお申し込み・お問い合わせ先
松江市宍道支所地域振興課内(受付時間 8:30~17:15)
TEL.0852-55-5802
FAX.0852-55-5819
(土日祝祭日および夜間は受付できません。ただしFAXは受付可)

なんでも相談所開設! お知らせ!

宍道ベル出張ふくしなんでも相談所 開設します!

皆さまの身近な場所での相談窓口として、宍道ベルで「出張ふくしなんでも相談所」を開設いたします。お気軽にご利用ください! 相談無料! もちろん秘密は厳守します!

☆開催日 毎月第3火曜日

受付 10:00~11:30

(10月は18日)

☆場所 宍道ベル 入口

☆包括支援センター相談員、コミュニティソーシャルワーカーがご相談をお受けいたします

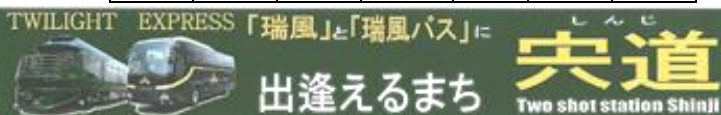


【問合せ先】松江市社会福祉協議会 湖南地域包括支援センター 24-1830

トワイライトエクスプレス「瑞風」10月の停車スケジュール

宍道駅 7:54着⇒8:36発

10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						



10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	土	体験まなび塾/健康麻雀/カワサキサークル 因
2	日	Poriのお絵描き教室 因
3	月	フルトサークル 因 子育て&子育て支援のための講座 因
4	火	歴史講演会/生花サークル 因
5	水	健康麻雀 因 がん集団検診 因 からだ元気塾 因
6	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 手ならひ塾/プメハナ 因
7	金	大正琴D/手芸教室/haruパソ教室/ 樹脂粘土 因
8	土	防災フォーラム/楽健サークル/健康麻雀/島根塔 短歌会 因 宍道の歴史を楽しむ教室 因
9	日	パソコン教室 因
10	月	スポーツの日 まほうのはなし 因
11	火	行政相談 因 レイワール+宍道 因
12	水	写楽会 因 からだ元気塾 因
13	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 はじめの一步 因
14	金	詩吟サークル/大正琴C/樹脂粘土 因 うりぼうず広場とえほんの時間 因 男の諸々楽校/健康体操サークル 因
15	土	健康麻雀 因

日		行 事
16	日	きまち川まつり Poriのお絵描き教室 因
17	月	フルトサークル/みんなで歌おう 因
18	火	レイワール+宍道/リフォーム手仕事/生花サー クル 因 きまち出前サロン 因 わいわいサロン 因
19	水	からだ元気塾 因
20	木	ぷらっとさろんカフェ/コールそれいゆ/楽健サー クル/レッツ3B体操/からだ元気塾 因 手ならひ塾/プメハナ 因
21	金	大正琴D/樹脂粘土/詩吟サークル/出雲弁保存会 因
22	土	森コン!/体験まなび塾/楽健サークル/健康麻 雀/人形教室 因
23	日	迷木盆栽会 因
24	月	みんなで歌おう 因
25	火	
26	水	haruパソ教室/大正琴C/健康麻雀 因 悠々塾 /からだ元気塾 因
27	木	はじめの一步/まほうのはなし 因
28	金	健康体操サークル 因
29	土	第49回宍道町民文化祭(～11/6) 因
30	日	
31	月	

※詳細につきましては下記にお問い合わせください。

因 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
因	健康センター	55-5811

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

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

★松江市立移動図書館車巡回日程(10月)

	宍道公民館	きまち来楽館
13日(木)	10:50~11:40	9:50~10:30
27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!

新しい本が入っています♪

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。

暑かった夏もおわり、
ようやく秋の涼しさを感じ
よう、イベントの秋です。
10月16日には『きまち
川まつり』が3年振りに
開催されます。来楽館で
のステージ発表や八重
山・大平山城トレッキン
グなど、様々な企画があ
りますので、皆様ぜひお
越しください!
さらに、その後は文
化祭も控えています。コ
ロナ対策を行いますが、皆
の心の癒しになれば幸い
です。今年も楽しい秋に
なりそうですね!(近藤)

編集後記

日時 10月の行政相談
場所 宍道公民館
9時30分~12時

★宍道町の人口・世帯数

【8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	8,349人	(前月比-7)
男	4,030人	(-5)
女	4,319人	(-2)
世帯数	3,263世帯	(-4)

ライフキャリア教育研修会

報告!

宍道町青少年育成協議会主催研修会が9月13日(火)に宍道公民館において開催されました。講師の宍道中学校の吉田教頭先生と鳥取大学3年の高橋椿太郎さんのお二人から、宍道中学校で昨年から行われている「生き方トーク@宍道」と、宍道高校生を対象に実施している「好気心lab」「宍チャレ!」の説明をしていただき情報を共有させていただきました。



街コンじゃなくて…森コンでもいいじゃね!開催

募集!

森の中での婚活事業!略して「森コン!」今回のテーマは、少しおしゃれしてから行ってみませんか?ということで、プロの方にメイクをしてもらいます。BBQもあるようです。詳細及び参加申し込みはネット「森コン」で検索!謎解きゲームをしながら新たな出逢いがあるといいね!

1回目の様子



第10回宍道歴史教室

おしらせ!

～第10回宍道町歴史講演会
兼 第18回全国宍道氏会研修会～

10月4日(火)13:30～15:00 宍道公民館において研修会を開催します。「長門国で宍道氏に支えられた尼子氏のその後」と題し宍道正年先生の講演。そして、「完道家譜録」出版にあたってと題し宍道家(本家)第22世 宍道晃氏による講演です。

参加は自由です。どうぞお越しください。

美化作業!ボランティア募集!

募集!

宍道公民館運営協議会より、10月29日～11月6日開催の文化祭にあたり、宍道公民館前庭・後ろ庭、駐車場まわりの美化作業を行います。お手伝いいただける方はご協力ください。様お願いいたします。

期日 10月19日(水)10:00～11:30
集合場所 宍道公民館ロビー
持参品 草刈り・草取りが出来る道具
※お持ち帰り用、昼食付(弁当)の為、お申込みをお願いします。

(締切 10月14日(金))

クラフトバンド教室 開催!

おしらせ!

◆日時:10月18日(火)9:00～12:00

◆内容

クラフトバンドを使って「かご」を作ります。

◆参加費:1,000円(材料代込み)

◆講師:烏田彰弘さん

◆場所:宍道公民館 中会議室

◆定員:10名

(定員になり次第締め切ります。)

◆持ち物

30cmものさし、はさみ、各自必要な物

※参加希望の方は10月11日(火)までに公民館(66-0811)にお知らせください。



ブリザーブドフラワー 開催!

おしらせ!

◆日時:10月26日(水)13:30～16:30

◆内容:ブリザーブドフラワーのリース作り(直径20cm)

※申込時に下の写真のどちらか

作りたい番号をお知らせください。

◆参加費:1,000円(材料代込み)

◆講師:ハナヤ moi 小豆澤 和奈さん

◆場所:宍道公民館 中会議室

◆定員:10名

(定員になり次第締め切ります。)

◆持ち物:グルガン(お持ちの方)はさみなど

※参加希望の方は10月18日(火)までに公民館(66-0811)にお知らせください。

①



②



宍道子育て支援センターより **お知らせ**

10月、11月のつどい

「心とことばを育てる絵本」

日時：10月3日（月）11:00～11:30
場所：宍道公民館 大会議室
定員：18人（要予約）
申し込み期間9月13日（火）～9月30日（金）

「離乳食個別相談」

日時：11月18日（金）9:00～12:00（1組20分）
場所：宍道公民館 和室 定員：7組（要予約）
※ごはん手帳をお持ちください。
共催：宍道地区社会福祉協議会
申し込み期間10月21日（金）～11月17日（木）

10, 11月のうりぼうず広場とえほんの時間

※場所：宍道公民館 和室

定員：12人（要予約）

日時：10月14日（金）11:00～11:30
予約開始9月30日（金）9時から
日時：11月25日（金）11:00～11:30
予約開始11月1日（火）9時から

【お問合せ】 宍道子育て支援センター 66-1428

「からだ元気塾」募集！

募集!

松江市一般介護予防事業 『からだ元気塾』
「膝痛や腰痛を軽減したい」「運動が続かない」
「コロナ禍で、外出が減った」そんなあなたへ！
フレイル予防、身体についてのお悩み解決、
地域での仲間づくりに協力します！椅子に座っ
てできるストレッチ&トレーニングで毎週から
だを整えましょう！

- ◆日時：毎週木曜日 14時～15時
 - ◆場所：宍道公民館
 - ◆参加費：500円≪送迎あり（要相談）≫
- ※65歳以上の方を対象としております。
☆お気軽にご連絡ください☆

【お問合せ】 株式会社さんびる
TEL 0852 - 26 - 0335

宍道中学校 生徒会より！ **お知らせ**

9月9日に体育祭がありました。今年のスローガンは、「炎 joy～楽しみ勝負の世界～」でした。1年生は初めての体育祭、2年生は来年につながる体育祭、3年生は最後の体育祭などいろいろな思いのこもった体育祭でした。コロナウイルスや台風などの影響があり少し変更してしまうところがありましたがみんなが「炎 joy」していたと思います。

【お問合せ】 宍道中学校 66-0854

宍道支所 保健師より

お知らせ

～10月は乳がん月間です！
乳がんについて知っていますか？～

- ・乳がんは女性が患うがんの中で最も多い
- ・生涯に乳がんを患う女性は9人に1人
- ・早期発見で乳がんが治る確率は90%以上
- ・自分で見つけられるがん

ブレスト・アウェアネス（乳房を意識する生活習慣）が大切です。

- ①セルフチェックで自分の乳房の状態を知る。
- ②乳房の変化に気をつける。
（しこり、くぼみなどがないか）
- ③変化に気がついたらすぐ医師に相談する。
（次の検診を待つのではなく受診を）
- ④40歳になったら乳がん検診を受ける。

★あなたの大切な人に伝えてください
25歳を過ぎたら定期的なセルフチェック
40歳になったら2年に1回の乳がん検診を！

～「まめなか相談」のお知らせ～
健康診査、こころ、コロナについてなど、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。

何でもお気軽にご相談ください。
日時：月～金曜日 8:30～17:15（祝日を除く）

【お問合せ】 宍道支所市民生活課 55-5806

宍道体協からお知らせ！ **お知らせ**

★ご健闘をお祈りします！

第77回国民体育大会【いちご一会とちぎ国体】

- ・自転車競技（成年男子） 出場
糸川典往選手（中垣自治会）
- ・ゴルフ競技（女子） 出場
狩野明美選手（菅原自治会）

★ボッチャとモルック体験会 報告

宍道体協では新たなスポーツとして、「ボッチャ」と「モルック」の体験会を実施しました。宍道地区スポーツ推進委員さんにご指導いただきました。



【お問合せ】 宍道体協 66-0811