



2023

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



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お祝いいたしたく存じます。

該当者の方は松江市社会福祉協議会までご連絡いただきますようお願いいたします。併せて、該当の方を把握しておられる方は情報を提供いただきますようお願いいたします。

なお、情報提供いただく際に、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。

※例年「松江市高齢者福祉大会」において記念品を贈呈させていただいておりましたが、今年度は11月中旬ごろ開催予定の「令和5年度松江市社会福祉大会」内で実施いたします。開催日や会場などの詳細は、該当の方々に追って連絡いたします。

○高砂祝い該当者

昭和33年1月1日から同年12月31日までに結婚されたご夫婦

○受付締め切り

令和5年9月15日(金)

【連絡先・問合せ先】

松江市社会福祉協議会 総務課

TEL 21-5773

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



「瑞風」朝7時54分到着 8月カレンダー

◆急に中止になること
もありません。
ご了承ください。

8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			

TWILIGHT EXPRESS 「瑞風」と「瑞風バス」に



出逢えるまち

しんじ
宍道
Two shot station Shinji

宍道鼓動芸術祭を 地域みんなの力で!



宍道鼓動芸術祭 2023 の公式ロゴマークが決定しました!

宍道町の歴史がアートへと昇華する、かつて宍道湖を運航していた帆掛け船の「帆」をモチーフとし、自然、鼓動が町のエネルギーとして脈打つ様子を表現しています。



宍道鼓動芸術祭

Art Kodou Shinji 2023

※宍道鼓動芸術祭の情報は各 SNS サイトで『宍道鼓動芸術祭』で検索くださいね。

宍道公民館休館のお知らせ



◆休館いたします。◆

★令和5年8月13日(日)

14日(月)

15日(火)

注：学校施設利用団体で小中学校等のカギを借りられる方はご注意ください。

注：死亡届、婚姻届等戸籍の届出について公民館の休館に伴い、8月13日(日)については、死亡届、婚姻届等戸籍の届出は市役所本庁の休日・夜間受付に提出をお願いいたします。

【お問い合わせ】市民課戸籍グループ
(代表電話 55-5555)

【問合せ先】宍道公民館 TEL 66-0811

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
前月	火	ライフワーク+ 行政連絡会 9/29 乳がん検診の予約開始
2	水	体験まなび塾/健康麻雀 からだ元気塾
3 瑞風	木	ぷらっとさろんカフェ/体験まなび塾/からだ元気塾/レッツ3B 体操
4	金	大正琴D 子育て&子育て支援のための講座
5	土	松江水郷祭 カオカサークル/健康麻雀
6	日	松江水郷祭
7	月	フルトサークル 9/8 集団検診予約締切
8	火	レッツ3B 体操 行政相談
9	水	突キル! /健康麻雀 からだ元気塾
10	木	ぷらっとさろんカフェ/からだ元気塾/写楽会
11	金	山の日 詩吟サークル
12	土	パソコン研究会/健康麻雀
13	日	休館日
14	月	休館日 ※支所開庁 8:30~17:15
15	火	休館日 ※支所開庁 8:30~17:15

日	行	事
16	水	健康麻雀 からだ元気塾
17	木	ぷらっとさろんカフェ/コールそれいゆ/からだ元気塾 うりぼうず広場とえほんの時間
18	金	大正琴D/健康麻雀
19	土	盆踊り大会
20	日	パソコン研究会/カオカサークル/
21	月	みんなで歌おう/フルトサークル
22	火	レッツ3B 体操
23	水	健康麻雀/haruパソコン教室 からだ元気塾
24 瑞風	木	ぷらっとさろんカフェ/楽健サークル/からだ元気塾/松江絵手紙サークル 健康診査結果報告会(突道健康センター)
25	金	詩吟サークル/haruパソコン教室
26	土	健康麻雀
27	日	
28	月	
29	火	ライフワーク+ わいわいサロン
30	水	楽健法研究会/健康麻雀 からだ元気塾
31	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

※詳細につきましては下記にお問い合わせください。

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

子	子育て支援センター	66-1428
突	突道体協	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

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

★松江市立移動図書館車巡回日程(8月)

9月30日までお休みです

※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

図書館コーナーからお知らせ!

図書館コーナーの本は、誰でも借りることができます。皆さんが気持ちよく読書ができるよう、本は大切に扱ってください。汚れたり、破れたりした時は、職員にお声がけください。返し忘れの本がありましたら、公民館窓口までお返しく下さい(^-^)/

月に一度、自治会配布のために町内を回っています。四月は水が張られていた田んぼに、五月には新苗が行儀よく並んでいます。そして月を追うごとに苗は稲へと育っていき、黄金色になった田んぼは次に見る頃には稲刈を終えています。鮮やかな自然の移り変わりを感しながら、車窓からの景色を眺めています。そんな自然豊かな突道町を舞台に、この秋「突道鼓動芸術祭」が開幕します。準備は着々と進んでいるようですよ!
(土江)

編集後記

日時 8月8日(火)
9時30分~12時
場所 突道公民館

★突道町の人口・世帯数

【6月30日現在】

※数値は外国人住民の数が含まれています

人口	8,202人	(前月比-13)
男	3,961人	(+3)
女	4,241人	(-16)
世帯数	3,249世帯	(+5)

突チャレ！メイシコウカンカイ **お知らせ！**

「突道のみなさん、温かい心をお貸しください！名刺交換チャレンジ」略して「突チャレ！」が、開催されます。突道高校生と地域の皆様の出逢いから始まるとっても温かいイベントです。地域の皆様に自分のブース（カフェ的な・・・）を作ってもらい、そこに来てくれる生徒さんと名刺交換を通して、話をさせていただきたいと思えます。参加を希望される地域の皆様を募集します。

【突チャレ！】参加者説明会

期日 令和5年8月9日（水）
 時間 16：00～17：30（1時間半程度）
 場所 突道公民館 中会議室1
 内容 名刺づくりとブース説明

【突チャレ！】名刺交換会（本番）

期日 令和5年8月23日（水）
 場所 ギャラリーC



突道中学校2年生さんとの「生き方トーク@突道」は11月19日予定です。地域の皆様ご協力、よろしくお願ひします。

夏夜祭！&突道盆踊り大会 **お知らせ！**

SHINJI BONODORI & NATSUYASAI 2023



【提供メニュー（変更になる場合があります）】
 鶏と野菜のグリーンカレー、こく甘チキンマトカレー、大山野菜たっぷり牛すじ煮込みカレー
 大山豚バラ肉の炙りチャーシュー丼、韓国うま辛カムジャン、大山鶏と白ネギのてりやきチキン丼
 シフォンケーキ、パン、マフィン、ドリンク（シフォンcoco）
 かき氷、アルコール、ノンアルコール、わたあめ、ポップコーン ..and more

2023年 突道公民館にて開催

8月19日（土）

- ◆ しんじ盆踊り（19:00～21:00）
- ◆ ブチ松江ヨアカリ（19:00～21:00）
- ◆ フード&ドリンク（17:00～21:00）
- ◆ 体験コーナー（17:00～21:00）



夏休みの「まなび塾」開校！ **募集！**

夏休みの宿題を公民館で集中して片付けちゃおう！下記の日程で4日間集中勉強会を開催します。小学生ならどなたでも参加できます。残った宿題を持って来てください。

【夏休み集中勉強会！】

7月26日（水）9：00～11：30
 7月27日（木）9：00～11：30
 8月2日（水）9：00～11：30
 8月3日（木）9：00～11：30

◆ 場所 突道公民館 会議室

※参加申し込みは必要ありません。
 ※水筒（お茶）をお持ちください。
 ※保護者による送迎を確実にお願いします。

★突道公民館では「学生応援プロジェクト」として、普段から空き部屋を学習のために開放しています。ご利用ください。

聴講者であふれる！LGBTQ研修会 **報告！**

7月2日（日）突道公民館において元警察官で、県内在住のLGBT当事者の佐藤みどり氏を講師にお招きし、『LGBTをもっと身近に～松江市に住む当事者に話を聞こう～』と題し講演会を開催しました。当日は、突道町内外から56名の参加者があり、実体験に基づいた佐藤さんのお話に耳を傾けました。参加者のほとんどが佐藤さんの親世代で、自分のこととしてとらえておられました。LGBTの方は全国に8.9%の割合で、AB型の血液の方や左利きの人とほぼ同じ割合です。私たちにできることは何か、考えさせられました。



公民館玄関前の花のひみつ！ **お知らせ！**



更生保護女性会さんにお世話になってます。

宍道子育て支援センターより **お知らせ!**

子育て&子育て支援のための講座 要予約

「おうちで簡単 セルフケアストレッチ」

日時：8月4日(金) 10:30~11:30

場所：宍道公民館 大会議室

予約開始 7月7日(金) 9時から

「もしもに役立つおうち備蓄と防災アイデア」

日時：9月1日(金) 10:30~ 40分程度

場所：宍道子育て支援センター

予約開始 8月1日(火) 9時から

うりぼうず広場とえほんの時間 要予約

日時：8月17日(木) 10:30~ 40分程度

定員：8組程度

予約開始 7月7日(金) 9時から

日時：9月29日(金) 10:30~ 40分程度

予約開始 8月1日(火) 9時から

場所：宍道子育て支援センター

【お問合せ】 宍道子育て支援センター 66-1428

社会を明るくする運動 啓発活動! **報告!**

7月1日(土)にはベル店頭など3か所において啓発活動のチラシ・ティッシュ配布を実施しました。保護司会・青少協・民生委員・更生保護女性会・人推協・地区社協・公民館・支所の代表者の皆さんにお世話になりました。

ベル店での活動



【お問合せ】 宍道公民館 66-0811

宍道中学校生徒会より **お知らせ!**

7月4日~の三日間、3年生が宍道町内45カ所で職場体験を行いました。普段できない体験をし、働くことの意義とはを学び、とてもいい経験となりました。また、温かく迎え入れてくださった職場の方々には感謝しています。職場体験を通して、将来を考えるうえでの参考にしたいと思えました。



【お問合せ】 宍道中学校 66-0854

宍道支所 保健師より **お知らせ!**

缶詰で簡単! 夏バテにも負けない!

~ビタミン・食物繊維・カルシウムたっぷり
もろこし村の骨太ごはん のご紹介~

暑い日が続きますが、みなさまのようにお過ごしでしょうか。今回は、食生活改善推進員さんから缶詰を使って手軽にできる炊飯レシピを紹介してもらいました。ビタミン・食物繊維・カルシウムが含まれたバランスの良い食事は疲労回復だけでなく、便秘解消や丈夫な骨づくりにもつながります。白ご飯がなかなか進まない夏にも食べやすい味付けになっていますので是非、作ってみてください! 夏休みにお子さんと一緒に作るのも楽しそうですね~!

【材料】(6人分)

米	…3合	昆布	…1枚
コーン缶(粒)	…1缶(150g)	ごま	…大さじ1
芽ひじき(乾)	…大さじ2	うすあげ	…1枚
ちりめんじゃこ	…大さじ3		
薄口しょうゆ	…大さじ1・1/2		



【作り方】

- ①ひじきは水でもどす。
- ②米をといで、規定量の水加減で、ごま以外の材料を加えて炊く。
- ③炊きあがったら、昆布を取り除き、ごまを加え全体をざっくりと混ぜたらできあがり。

~「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)

【お問合せ】 宍道支所 市民生活課 55-5806

松江のる~と試乗! **報告!**

コミュニティーバス利用促進協議会は6月28日(水)に「AI デマンドバス 松江のる~と」

の試乗に八束地区に出かけてきました。メリット&デメリットを伺いました。



宍道体育協会ニュース! **お知らせ!**

【大会結果】

◆第1回宍道町民交流ポッチャ大会

①佐々布C ②佐々布D ③湖西・佐々布B

◆第12回宍道町民GG大会

①玄行修二さん ②八幡登さん ③内部重吉さん

【行事予定】 9月24日 町民ソフトボール大会

9月17日 宍道町民体育祭

【お問合せ】 宍道体育協会 66-0811