



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

TEL66-0811 FAX66-0303

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

E-mail:sinjik@mable.ne.jp



4

人が支える宍道の未来！ 第9回アイデアプレゼン大会！

報告

少子高齢化が進む宍道町の未来を担う斬新なアイデアが集結した「第9回アイデアプレゼン大会」を3月2日、宍道公民館にて開催しました。

宍道まちづくり協議会などが主催するこの大会は、地域住民から新たなアイデアや取り組みを広く募り、持続可能なまちづくりを目指すことを目的としています。過去にはこの大会をきっかけに「宍道サバゲーPARK」が誕生するなど、地域の活性化に大きく貢献しています。

今回は6組が参加し、それぞれが宍道町の活性化に向けた熱いプレゼンテーションを繰り広げました。

来待小学校6年生のグループからは、普段買い物に行けない人たちのために地域の公民館で日用品を販売するイベントや、シジミの殻を活用した販賣創出のアイデアなどユニークな提案が飛び出し、来場者は熱心に耳を傾けていました。

今年度のテーマ・題名

最強ドラム缶で美味しいものを
夜道を明るく安全に
宍道の歴史と文化を次世代へ伝えたい！
ばけばけ！～来待石で変容するワタシたち～
発信！私たちがえがく来待の未来
宍道高校ボランティアサポートチーム



【宍道支所からのお知らせ】 松江市長及び松江市議会議員

一般選挙について

【投票日】

4月20日（日）

7:00～19:00

◆宍道第1投票所～宍道第5投票所

※入場整理券をご持参ください。

【期日前投票】

4月14日（月）～4月19日（土）

8:30～20:00

◆宍道期日前投票所（宍道公民館）

※期日前投票にお越しの際は、入場整理券裏面の宣誓書にご記入のうえ、ご持参ください。

【問合せ先】宍道支所

地域振興課 TEL:55-5800

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53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				



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

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	日	行	事
1	火	ライフワーク・サス・グリスン 因	16	水	健康麻雀女性/haruパソ教室 因
2	水	健康麻雀女性 因	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//レッツ!3B 体操/楽健サークル 因
3	木	ぷらっとさろんカフェ/コールそれいゆ/からだ元気塾//レッツ!3B 体操 因	18	金	haruパソ教室 因
4	金		19	土	健康麻雀/パソコン研究会 因
5	土	健康麻雀 因	20	日	松江市長・松江市議会議員一般選挙
6	日	写楽会 因	21	月	
7	月		22	火	ライフワーク・サス・グリスン/レッツ!3B 体操/俳句会 因
8	火		23	水	健康麻雀女性/絵手紙サークル 因
9	水	健康麻雀女性 因	24	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 因
10	木	ぷらっとさろんカフェ/楽健サークル/からだ元気塾/絵画教室 因	25	金	詩吟サークル 因
11	金	詩吟サークル 因	26	土	健康麻雀 因
12	土	健康麻雀 因/パソコン研究会/カオサークル 因	27	日	
13	日		28	月	
14	月	みんなで歌おう 因	29	火	カオサークル 因
15	火	ライフワーク・サス・グリスン/リフォームと手仕事の会 因	30	水	健康麻雀女性 因

※3月19日現在の情報です。

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	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

※詳細につきましては上記にお問い合わせください。

★松江市立移動図書館車巡回日程(4月)

	宍道公民館	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できます。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。



しんじ幼保園・来待小学校・宍道小学校
・宍道中学校・宍道高等学校

ご入学・ご入園
おめでとうございます!

宍道町の人口・世帯数について、公民館だより編集時までに最新情報が未確定のため、掲載を終了いたします。今後はこちらのQRコードより、最新情報をご確認ください。



宍道体験まなび塾！

報告

3月1日（土）「しじみの貝殻アート!」、3月15日（土）「モルック大会」を行いました。



子どもの健全育成実践発表！

報告

3月15日、鹿島公民館において松江市青少年育成大会 子どもの健全育成研修会実践発表会が行われ、学びDesign 代表 高橋椿太郎さんが発表されました。

発表内容は、令和5年度～6年度モデル地区として松江市立宍道中学校での「学びキャリア教育の深化と推進事業」についてでした。

この事業は地域住民と若者が対話を通し、いろいろな価値観・感性など目に見えないものを自他ともに発する機会を創出しています。

高橋さんは2年間の活動を通して、身近に将来を一緒に考えてくれる大人がいるという安心感を受け取っていたように思うと発表されていました。



体協ニュース！

大会結果

- ・第54回松江市卓球大会（2/16）
Aグループ 第3位（Familiesが出場）

行事予定

- ・第80回宍道湖一周駅伝競走大会

4月6日（日）9時 松江市営陸上競技場スタート。

選手は10時頃宍道町内を通過する予定です。沿道でのご声援をお願いします。

また、選手の安全確保のため車両の通行を制限する場合があります。

ご協力よろしくお願いします。

まつえレディースハーフマラソンのスタッフ協力ありがとうございました。

宍道地区自治会連合会より

お知らせ

総会日程についてのお知らせ

令和7年度 宍道地区自治会連合会総会

日時：令和7年4月18日（金）
19：00～

場所：来待農村環境改善センター

【問合せ先】宍道地区自治会連合会

66-0811

公民館の施設利用について

近頃、公民館内に荷物を置いたまま外出し、閉館時間を過ぎても戻ってこないということが頻発しています。

いま一度公民館の開館・閉館時間をご確認いただき、厳守していただくようお願い申し上げます。

また、貴重品の管理はご自身で責任をもって行っていただきますよう、お願い申し上げます。

【公民館開館時間】

月～土・祝日：9：00～21：45

日 曜 日：9：00～17：00

（※職員窓口対応時間

平日 9：00～17：00）

春の全国交通安全運動！

春の全国交通安全運動実施期間：

4月6日（日）～4月15日（火）

狂犬病予防集合注射！

日時：令和7年5月20日（火）

10：25～10：35

場所：宍道公民館駐車場



【問合せ先】松江市リサイクル都市推進課

TEL 55-5281

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

「親子で遊べる軍手おもちゃを作ろう」

日時：4月25日（金）10:30～11:15

場所：宍道子育て支援センター 定員：8組程度

予約開始 4月1日（火）9時から

「身体スッキリ！リンパ流しとストレッチ」

日時：5月22日（木）10:30～11:15

場所：宍道子育て支援センター 定員：8組程度

予約開始 5月1日（木）9時から

うりぼうず広場とえほんの時間

要予約

日時：4月17日（木）10:30～11:15

場所：宍道子育て支援センター 定員：8組程度

予約開始 4月1日（火）9時から

日時：5月15日（木）10:30～11:15

場所：宍道子育て支援センター 定員：8組程度

予約開始 5月1日（木）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

お知らせ

3月7日に宍道中学校では3年生を送る会がありました。メッセージカードの作成や、くす玉割りなどを行いました。準備や当日の進行など、大変なこともありましたが、3年生の笑顔が見られたので良かったです。

宍道中で過ごした3年間の思い出を胸に、これからも夢や目標に向かって頑張っていきたいと思っています。



松江市農政課よりお知らせ

宍道農産物処理加工施設の

休止について

長年にわたり宍道の農産物加工処理を行ってきた「宍道農産物処理加工施設（農産館）」は令和7年4月から休止します。

なお、休止期間中は施設を閉鎖し、松江市が管理を行います。長期の利用をご希望の場合は、松江市農政課（TEL 55-5224）へご連絡下さい。

【問合せ先】 松江市農政課 55-5224

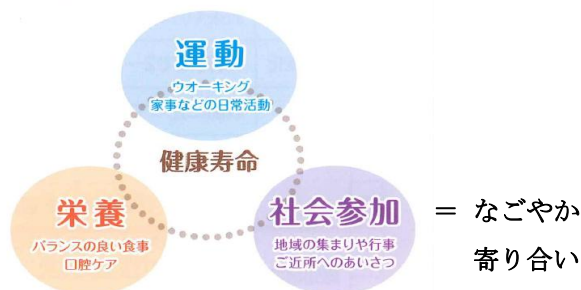
宍道支所 保健師より

お知らせ

～なごやか寄り合いで心と身体の健康を！～
フレイルを予防し健康寿命を延ばすためには、「しっかり噛んで、しっかり食べること」、「運動をすること」、「社会参加をすること」の3つを毎日の生活の中で実践することが大切です。中でも社会参加は、転倒や認知症、うつ病のリスクを低下させることが明らかになっています。

なごやか寄り合いは、高齢者の生きがいづくり・地域住民の交流の場づくりを目的に各自治会で実施しています。

健康長寿のための「3つの柱」



出典：東京大学高齢社会総合研究機構 飯島勝矢
「フレイル予防ハンドブック」をもとに作成

◎お住いの自治会で、なごやか寄り合いの案内があればぜひご参加ください！

◎運営等でお困りのことがあれば、宍道支所市民生活課保健師までご相談ください！ご要望に応じて内容の提案などをさせていただきます。

例えば…無料の出前講座を利用できます

- ・理学療法士に、無理なく続けられそうな運動を教えてください
- ・管理栄養士に、必要な栄養素やバランスの良い食事方法を教えてください
- ・事業所で行っているレクリエーションや演芸を体験する
- ・福祉用具を体験したり利用するための説明を聞く

～「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）

【問合せ先】 宍道支所市民生活課 55-5806

【予告】コピー料金改定のお知らせ

コピー料金を一部改定します。
ご理解・ご協力をお願いいたします。

適用：令和7年5月1日（予定）
改定内容：1枚につき2～3円（予定）
（白黒のみ適用。カラーコピーは変更ありません。）

※詳細が決まり次第、改めてお知らせいたします。