

令和4年11月号《第246号》



発行：松江市八雲公民館

〒690-2103

松江市八雲町西岩坂355-1

電話54-2478 FAX 54-1238

メールアドレス：yakumok@mable.ne.jp

リフレッシュ だよ！

～公民館 スローガン「やさしさと元気をつくるまちづくり」～

＜八雲町の人口と世帯数 ※（ ）内は前年同月比＞

・人口：6,641人（-43）

女性／3,419（-8） 男性／3,222（-35）

・世帯数：2,678（+6）世帯（R4.9月末現在）

お待たせしました！

ボランティア喫茶

11月より「ボランティア喫茶」を再開します！

ボランティアさんにご協力をいただき、誰でも気軽に立ち寄り、お茶をしながら、楽しいひと時を過ごしていただけます。

参加は自由です。ご来場おまちしております♪

*日 時：11月8日（火）午前10時～12時

*会 場：八雲公民館 1階 みつばつつじ

*料 金：お一人 150円

メニュー

コーヒー、紅茶、抹茶のいずれかとお菓子付

スタッフ
対象事業

第15回松南ブロック市民学習発表会

～3年ぶりに開催！～

- ◆日 時 11月19日（土）
9時20分～13時
- ◆場 所 アルバホール

八雲地区からは…

- *ホットランドやくもジュニア
- *ポコアポコ
- *貴藤会
- *レイフラワー八雲アルバホール教室
- *意宇の風

が出演されます！

※詳細は、今月の全戸配布チラシを
ご覧ください♪



晩秋の囲碁大会

囲碁愛好者の参加者を募集しています。対局を通して親睦を深めませんか。ご参加お待ちしております。

- ◆日 時：11月22日（火）
9:30～15:30
- ◆会 場：八雲公民館
2階 星上山
- ◆参加費：1,000円
(昼食代、賞品代)
- ◆募集人数：20名
※定員になり次第締め切り
- ◆主催・問合せ：八雲公民館



健康づくり/ルディックウォーキング&第8回八雲寿大学

◆日にち: **11月24日(木)**

◆集合場所: 八雲公民館

◆集合時間: 午前**9時30分**

(雨天時は八雲公民館内で体操等)

※参加される方は、**11月18日(金)**までに

八雲公民館へお申込みください。

※当日は検温し、マスク着用でご参加ください。

※専用ポールをお持ちでない方も参加できます。

ポール貸し出し希望の方は、200円必要になります。



ウォーキングのあとは、

**ホクホクの焼き芋で茶話会♪
&ミニミニ健康講座もあります!**

【参加費: 一人100円】



主催: 八雲地区健康まつえ21推進隊

八雲公民館福祉部

共催: 八雲支所市民生活課、八雲地区社協

八雲公民館体育部

からだポカポカヨガ体験

日増しに寒くなるこの季節。つい縮こまりがちになり、からだもガチガチに…という方、必見です!

簡単なヨガポーズや呼吸法で、ココロもからだもリラックスしませんか。

お誘いあわせて、ぜひご参加ください。

◆日時 11月25日(金)

10時~11時30分

◆場所 八雲公民館 2階 意宇川(和室)

◆持ち物 水分補給の飲み物、汗ふきタオル

◆服装 運動しやすい服装

◆講師 隠岐こずえ氏(ヨガインストラクター)

◆定員 15名(定員になり次第締め切ります)

◆参加費 300円

◆主催: 八雲公民館 文化部 体育部



秋のCooking

◆日時: **11月29日(火)**

午前10時~午後1時まで

◆会場: 八雲公民館 1階 調理室

◆参加費: 500円

◆メニュー ・カップサンド

・ささ身のコンフレークあげ

・ピンチョイスサラダ

・かぼちゃチャウダー

・ミニロールケーキ



◆講師: みさかよりえ氏

◆申込締切: 11月22日(火)

◆定員: 12名(定員になり次第締め切ります)

※今回から調理後の試食会をします。食べずに持って帰られる方は、タッパーをご持参ください。



お知らせ

*第23回子どもと若者を育てる八雲地域のつどい

~地域みんなが応援隊 YELL~【※旧八雲住民大会】

◇日時: 令和4年12月3日(土)14時~

◇場所: 八雲中学校体育館・八雲公民館

◇内容: 「八雲で輝いている若者の話を聞こう!(仮)」

*人権教育研修会

◇日時: 令和4年12月7日(水)14時~

◇場所: 八雲公民館

◇テーマ: まず知ることからはじめよう

~障がいについて(あいサポート研修)~(仮)

◇講師: なにわー水 社長 勝谷 有史氏



※詳細については、後日チラシ等でお伝えします。

令和4年度松江市社会福祉大会被表彰者

表彰おめでとうございます

社会福祉施設及び団体役員功労者(在籍期間10年以上)

八雲地区社会福祉協議会 副会長 石倉 憲昭 様

民生児童委員功労者(在籍期間9年以上)

秋原 和恵 様 井上 愛子 様 木村 敏子 様

竹田 治雄 様 福田 義雄 様 三好 淳 様

森本 益雄 様

福祉推進員功労者(在籍期間9年以上)

北川 美知子 様





八雲支所からのお知らせ

わいわいサロン(乳幼児健康相談)

市内各会場で、隔月であります。松江市ホームページからアクセスしご予約ください。予約受付期間は、サロン当日の1週間前までです。(新型コロナウイルス感染症の流行の拡大状況により中止となる場合があります。)

◆八雲どんぐり館では、12月15日(木) 10:00~11:30に行います。

◆予約フォームの利用が難しい方は、松江市子育て支援センター(電話:60-8155)までお電話ください。



がん検診を受けましょう!!

松江市のがん検診受診者数は、コロナの影響でR2年度に減少しています。R3年度はやや増加しましたが、まだ、受診を控えている方もあるのではないのでしょうか。下記の日程でがん検診がありますので、受診をしていない方はぜひ、この機会に受けましょう。

《会場：八雲公民館》

◇11月24日(木) 13:30~15:30

子宮がん・乳がん

(※乳がんのみ要予約：島根県環境保健公社 TEL 61-8077)

◇12月2日(金) 9:00~11:00

胃がん、大腸がん、結核・肺がん(予約不要)

詳しくは、「けんしんのお知らせ:27ページ」をご覧ください。当日はがん検診のハガキを持参ください。



【問合せ先】八雲支所市民生活課 TEL 55-5766(保健師 坂根・内田)

高齢者の交通事故防止運動

期間:11月11日(金)~11月20日(日)

【運動の重点】

- ① 高齢歩行者の安全確保
- ② 横断歩行者の保護と早めのライト点灯
- ③ 高齢運転者の交通事故防止



ご寄付御礼

<香典返し・玉串料> (10月20日現在)

- ・田中 和美 様 (岩坂ハイツ)
- ・神庭 昭一 様 (須谷)
- ・安部 章治 様 (列中)
- ・神庭 好之 様 (田園ひよし)
- ・土江 勇吉 様 (平原)

謹んで故人のご冥福をお祈りいたします。厚く御礼申し上げます。

八雲地区社会福祉協議会
(八雲公民館内)

フードバンクしまね「冬休みあったか元気便」

~ご協力をお願い~

冬休みの就学援助世帯への支援に向けて、食料品を集めます。

11月30日(水)までに八雲公民館の窓口付近にある回収ボックスへ入れてください。皆様のご協力お願いいたします!

八雲地区コミュニティバス(愛称:ニコニコバス)利用状況表

利用者数 (対前年比)	年 月	別所・秋吉線	熊野線	平原線
	令和3年9月	273	488	125
令和4年9月	218	377	104	
増 ▲減		▲55	▲111	▲21

【利用料金 大人200円 小人100円(全区間)】

※利用者数は大人だけの乗車人員です。
八雲地区コミュニティバス利用促進協議会

公民館図書室よりお知らせ

移動図書館日程	八雲公民館	日吉ふれあい会館
11月4日(金)	14:10~14:50	15:00~15:30
11月18日(金)	14:10~14:50	15:50~16:20



図書の貸出と返却もできます。又借りたい本の予約も出来ます。



11月 生涯学習・サークル・行事予定表

	公 民 館	日吉ふれあい会館	アルバホール	公 民 館 事 業
1	火 陶芸、松南介護センター、英語 3B	大正琴ふれんど		
2	水 ホコ・ア・ホコ、ちびっこ空手道 エアロビ	四季彩会		
3	木 英語			
4	金 松江森林組合、空手教室	からだ元気塾、生命の貯蓄体操		
5	土	パソコン、おはなしもみの木、そろばん		絵本の読み聞かせ、松江市歴史のまち歩き
6	日	ギターシンジレイク	0歳から入れるコンサート	
7	月 陶芸、小西珠算教室、英語 大正琴八雲教室	休館日	休館日	あいさつ運動、寿大学①、てらこや八雲
8	火 陶芸、松南介護センター、3B	八雲ライオンズクラブ、手話		あいさつ運動 ボランティア喫茶
9	水 茶道、ホコ・ア・ホコ、ちびっこ空手道 どんぐり習字、エアロビ	四季彩会、パストラール		あいさつ運動
10	木 ソーイング教室、いきいきエアロビ レイフラワー八雲、英語、建築組合	ヨーガ、3B、ダンスクラブ 大正琴だんだん		
11	金 八雲書道、空手教室	からだ元気塾、生命の貯蓄体操		秋の花いっぱい運動
12	土	パソコン、銭太鼓、そろばん		給食サービス
13	日	ギターシンジレイク		
14	月 陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	休館日	てらこや八雲
15	火 陶芸、松南介護センター、英語 3B	大正琴ふれんど		
16	水 ホコ・ア・ホコ、ちびっこ空手道 どんぐり習字、エアロビ	四季彩会		
17	木 いきいきエアロビ、英語 絵手紙サークル、レイフラワー八雲	日吉いきいきクラブ、ヨーガ ダンスクラブ		
18	金	からだ元気塾、生命の貯蓄体操		
19	土	パソコン、そろばん、キャノンクラブ ファミリーサークル	♪松南ブロック市民学習発表会♪	
20	日	ギターシンジレイク		
21	月 陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	休館日	てらこや八雲
22	火 陶芸、松南介護センター、英語 3B	手話、パストラール		囲碁大会、自治連理事会、地区社協スタッフ会
23	水	臨時休館日		
24	木 子宮がん・乳がん検診 いきいきエアロビ、英語	大正琴だんだん、ヨーガ、ダンスクラブ 3B		健康ノルディックウォーク&寿大学②
25	金 八雲書道、空手教室	からだ元気塾、生命の貯蓄体操		ストレッチ講座
26	土	めだか論語塾、あざみコーラス パソコン、銭太鼓、そろばん		給食サービス のびのびやくもっ子
27	日	ギターシンジレイク		
28	月 陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	休館日	てらこや八雲
29	火 陶芸、松南介護センター、英語 3B			料理教室
30	水 どんぐり習字、エアロビ 民児協	四季彩会		



好きな本が2冊
まで貸出OK!



～公民館伝言板～

公民館事業で撮影した写真をリフレッシュ日より、ホームページに掲載させていただく場合があります。あらかじめご了承ください。



※10月20日現在の予定ですので期日等変更になる場合があります。
 ※新型コロナウイルス感染症の状況で、事業等中止になる場合がございます。
 ※サークル加入希望の方は、八雲公民館へお問い合わせください。
 ※内容・時間等、詳しいことは各館へお問い合わせください。
 ※現在、日時が決まっていないサークル等は、記入していません。

八雲公民館 Tel.54-2478 八雲アルバホール Tel.54-2406
 日吉ふれあい会館Tel.54-2211 八雲地区社会福祉協議会 Tel.54-2770