

令和6年8月号《第267号》

リフレッシュ だより



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

＜八雲町の人口と世帯数 ※（ ）内は前年同月比＞

- ・人口：6,577人 (-100)
女性/3,368 (-70) 男性/3,209 (-30)
- ・世帯数：2,689 (-2) 世帯 (R6.6月末現在)

～公民館 スローガン「やさしさと元気をつくるまちづくり」～

第55回

八雲ふれあい文化祭



- ◇開催日 令和6年10月19日(土)～20日(日)
- ◇会場 八雲公民館・アルバホール・八雲学校給食センター
- ◇内容 作品展示・学習発表会・模擬店・即売会
ふるさとかるたとり大会など

※個人作品展示・ステージ発表の参加をご希望の方は、
8月23日(金)までに八雲公民館へお申込みください。
(申込み用紙をご用意しております、必要事項をご記入ください。)
※第2回実行委員会は9月5日(木)に開催します。



「路線バス以上タクシー未満」の利便性

10月1日より、『AI(エーアイ)デマンドバス』運行が開始します。

- *運行日時:月曜日～金曜日、7:00～18:00
- *運休日:土・日・祝、お盆(8月13日～15日)、年末年始
- *予約方法:ご利用の際には、必ず事前予約が必要。
 - ・電話からの予約
 - ・携帯電話のアプリからの予約
 (予約受付は乗車日の7日前から)
→予約の際に、乗降場所・乗車時間を伝えます。
- *乗車場所:予約時に指定された時間までに乗り場へ行き、乗車。
- *お支払い:現金、回数券、定期券等
- *スクールバス:登下校時間のバスは、これまで通り、八雲小学校の予定に基づき運行。

“AI デマンドバス説明会”

開催のお知らせ

- *日時:第1回 8月5日(月)
午前10時～11時30分
- 第2回 8月22日(木)
午後2時～3時30分
- *場所:八雲公民館 2階 星上山
- *申込み:不要 *参加費:不要
- *持ち物:スマートフォンをお持ちの方はご持参ください
- *主催:八雲コミュニティバス
利用促進協議会

※回覧チラシでもお知らせしております。

<問い合わせ先> 八雲公民館 TEL:54-2478



男の料理教室



今年もお手軽レシピをワイワイ楽しく作ります。
男性の皆さん出番です！初心者の方も大歓迎！
ご参加おまちしております。

□日時：9月6日(金)17時～18時30分

□会場：八雲公民館 1階 調理室

□参加費：500円

□メニュー ☆薬味ごはん ☆鱈の夏南蛮

☆ホイコーロー

☆おかわかめのネバネバ和え

☆モロヘイヤのスープ



※作った料理は容器に入れてお持ち帰りいただきます。

◆講師：みさか よりえ先生

◆定員：12名(定員になり次第締め切ります)

◆申込み：八雲公民館まで



第5回八雲青大学

新しいニュースポーツ「インドアモルック」は、年齢に関係なく誰でも気軽に楽しめて、脳トレにもなります。今回は、夏休み中の八雲小学校の子どもたちも参加します！（のびのびやくもっ子体験教室共催）

一緒に楽しく身体を動かしてみませんか？

お昼は、手作りカレーライスをみんなでワイワイ食べます♪ご参加お待ちしております！

◇日時：8月26日(月)10:00～12:30

◇内容：「インドアモルック&カレー屋さん」

◇参加費：300円

◇場所：八雲公民館 2階 星上山

◇申込み：8月9日(金)までに八雲公民館へ。

8月のボランティア喫茶はお休みです



☆次回：9月10日(火)☆

ご来店お待ちしております！

八雲公民館からのお知らせ

8月13日(火)～16日(金)の期間は、公民館を閉館します。ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いいたします。



健康づくりノルディックウォーキング



◆日にち：8月22日(木)

◆集合場所：八雲公民館

◆集合時間：午前8時30分

(雨天時は八雲公民館内で体操等)

※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。

主催：
八雲地区健康まっ
え21推進隊

共催：
八雲支所市民生活
課/八雲地区社会福
祉協議会/八雲公民
館体育部



ウォーキングのあとは、
つめた～い“かき氷”で
クールダウンしましょう♪
【参加費：一人100円】

いつもより
1時間早く
スタート!

「昔のあそび」 やってみよう!

今回は「百人一首かるた」を使って昔のあそびにチャレンジします。『ぼうずめくり』という絵札だけを使って勝ち負けを決める遊び方など、いつもとは違うかるたで楽しく遊びましょう。

夏休み中の子どもたち、お父さん、お母さん、おじいさん、おばあさん、どなたの参加も大歓迎です。ご参加お待ちしております!!

☆日 時：8月21日(水)

午前10時～11時30分

☆場 所：八雲公民館 2階 意宇川

☆参加費：不要

☆主 催：八雲公民館文化部

※お問合せは八雲公民館まで。



第4回やくも夏まつり

◆日 時 8月14日(水)17時～21時

◆場 所 八雲構造改善センター山村広場

◆内 容 ♪ステージイベント

♪盆踊り

♪打ち上げ花火 など



8月15日(木)午前7時より
イベント後の美化活動を行います!



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。

予約は**不要**です。お好きな時間にお出かけください。

◆八雲どんぐり館では、8月22日(木)

10:00~11:30に行います。

◆母子健康手帳、バスタオル(計測で使用します)をご持参ください



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

マダニに注意しましょう

春から秋にかけては農作業やハイキングなど、草むらや山などで活動する機会が多くなります。野山に生息するマダニに咬まれることでマダニが媒介する感染症(重症熱性血小板減少症候群、ダニ媒介脳炎、日本紅斑熱、つつが虫病など)に感染することがあります。マダニに咬まれないためには、『肌の露出を少なくすること(長袖・長ズボンを着る、サンダルではなく足を覆える靴を履く、帽子や手袋を着用する、衣服の裾は靴の中に入れるなど)』や、『自宅に入る前に上着を脱ぎ家に持ち込まないこと』、『活動後は入浴しマダニに咬まれてないか全身を確認すること』が大切です。

また、マダニに咬まれたときには無理に引き抜こうとせず、皮膚科などの医療機関で処置してもらうようにしましょう。マダニに咬まれた後は数週間程度体調の変化に注意し、発熱等の症状があれば医療機関を受診しましょう。受診した際には、マダニに咬まれたことを伝えるようにしましょう。

* * クールシェア in 八雲公民館 (憩いの部屋&本の部屋) * *



夏休みが始まりましたね! エアコンのきいた涼しい公民館で本を読んだり勉強しませんか? ぜひご利用ください♪【時間: 9時~17時 *土日祝、8月13~16日はお休みします】

☆祝!2連覇☆八雲体育協会男子バレー優勝!!

7月15日(月)、第54回市民体育祭「松江市バレーボール大会」に出場し、八雲男子チームが **Aグループ優勝** の成績を収めました。2連覇おめでとうございます!



交通安全無事故・無違反推進月間

8月1日(木)~9月30日(月)

本格的な夏を迎え、レジャーや帰省等に伴う、交通量の増加や過労運転等によって重大事故の発生が懸念されます。

運転者はもちろんのこと高齢者や子どもをはじめ、誰もが交通ルールの遵守と正しい交通マナーの徹底に努めましょう。

【八雲地区交安協・交対協】



【お知らせ】お盆期間中のコミュニティバスの運行について

地区名	路線名	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
		金	土	日	月(祝)	火	水	木	金	土	日
八雲	熊野線	○	土日祝 ダイヤ	土日祝 ダイヤ	土日祝 ダイヤ	土日祝 ダイヤ	土日祝 ダイヤ	土日祝 ダイヤ	○	土日祝 ダイヤ	土日祝 ダイヤ
	秋吉線	○	運休	運休	運休	運休	運休	運休	○	運休	運休
	平原線	○	運休	運休	運休	運休	運休	運休	○	運休	運休
	別所線	○	運休	運休	運休	運休	運休	運休	○	運休	運休

公民館図書室よりお知らせ

移動図書館日程	やくも子育て支援センター	八雲公民館	18日吉ふれあい会館
8月2日(金)	10:50~11:30	14:10~14:50	15:00~15:30
8月16日(金)	10:50~11:30	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。





8月 生涯学習・サークル・行事予定表



		公民館サークル	アルバホール	公 民 行 館 開 連 行 事
1	木	ソーイング教室、ヨーガセラピー いきいきエアロビ、英語		てらこや八雲
2	金	からだ元気塾、大正琴向日葵、囲碁クラブ 生命の貯蓄体操、民謡同好会、空手教室	穴道中学校合唱部	
3	土	マウスの会、意宇の風	八雲中学校吹奏楽部	給食サービス
4	日	意宇の風、八雲書道	八雲中学校吹奏楽部	
5	月	陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	第1回 AI デマンドバス説明会
6	火	陶芸、英語	八雲中学校吹奏楽部	のびのびやくもっ子体験教室 「こども夏まつり&そうめん流し」
7	水	四季彩会、どんぐり習字、ちびっこ空手道	八雲中学校吹奏楽部	てらこや八雲
8	木	ヨーガセラピー、いきいきエアロビ、大正琴ふれんど レイフラワー八雲、ふれあい3B、英語	八雲中学校吹奏楽部	てらこや八雲
9	金	からだ元気塾、八雲書道、囲碁クラブ、 生命の貯蓄体操、民謡同好会、空手教室	八雲中学校吹奏楽部	
10	土		八雲中学校吹奏楽部	
11	日			
12	月		休館日	
13	火	休館日		
14	水	休館日		やくも夏まつり
15	木	休館日		市民憲章推進協議会清掃活動
16	金	休館日		
17	土	マウスの会、意宇の風、キャノンフォトクラブ		給食サービス
18	日	意宇の風、八雲書道		
19	月	陶芸、大正琴秋桜、英語、小西珠算教室	休館日	のびのびやくもっ子 「バスでおでかけ」
20	火	陶芸、英語		てらこや八雲 集団健診結果報告会
21	水	四季彩会、ちびっこ空手道、どんぐり習字	八雲中学校吹奏楽部	昔のかるたあそび
22	木	ToiToiToi、絵手紙サークル、いきいきエアロビ ヨーガセラピー、ふれあい3B、英語	八雲中学校吹奏楽部	第2回 AI デマンドバス説明会 てらこや八雲、ノルディックウォーキング
23	金	からだ元気塾、八雲書道、囲碁クラブ、生命の貯蓄体操 民謡同好会、空手教室	八雲中学校吹奏楽部	自治連理事会
24	土	マウスの会、意宇の風、八雲書道、どんぐり習字	八雲中学校吹奏楽部	
25	日	意宇の風	八雲中学校吹奏楽部	
26	月	陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	八雲大学&のびのびやくもっ子体験教室 「インドアモルック&カレー屋」
27	火	陶芸、大正琴ふれんど、英語、手話		てらこや八雲
28	水	四季彩会、ちびっこ空手道、どんぐり習字		給食サービス
29	木	絵手紙サークル、いきいきエアロビ レイフラワー八雲、英語	休館日	てらこや八雲、避難訓練
30	金	からだ元気塾、大正琴向日葵、生命の貯蓄体操 民謡同好会、空手教室		
31	土	マウスの会、意宇の風、どんぐり習字		

～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。



※7月22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。
 ※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
 八雲地区社会福祉協議会 Tel.54-2770