

令和6年9月号《第268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：6,576人 (-65)
女性/3,370 (-30) 男性/3,206 (-35)
- ・世帯数：2,692 (+20) 世帯 (R6.7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3回

“AI デマンドバス説明会” 開催のお知らせ

- *日 時：9月18日(水)
午前10時～11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

※説明内容は8月に開催しました
第1回、第2回と同じです。

10月1日より、『AI(エアアイ)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。



*次回(第4回)は、
10月13日(日)午前10時～11時30分の予定です。
※詳細は、リフレッシュだより 10月号でお知らせします。

＜問い合わせ先＞ 八雲公民館 TEL:54-2478

第6回八雲寿大学

パリ五輪の選手の活躍、感動しましたね！改めてスポーツっていいな～と感じました。私たちもスポーツの秋を楽しみましょう！
椅子に座りながら簡単にできる体操や、ワイワイ楽しくレクリエーションをします。ぜひお気軽にご参加ください。

- ◇日時：9月30日(月)10:00～11:30
- ◇内容：「笑ってスッキリ！体操レクリエーション」&茶話会
- ◇講師：島根県レクリエーション協会
インストラクター 栢野 和美さん

- ◇場所：八雲公民館 2階 星上山
- ◇参加費：200円 ※動きやすい服装でお越しください。
- ◇申込み：受講を希望される方は、9月20日(金)までに
八雲公民館へ。



男の料理教室

- 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



※作った料理はお持ち帰りいただきます。

- ◆講師：みさか よりえ先生
- ◆申込み：9月4日までに八雲公民館へ



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 他

◇内容 ・作品展示 ・模擬店 ・即売会
・フリーマーケット ・学習発表会
・ふるさとかるたとり大会 など

※詳細は、10月号のリフレッシュだより、
9月末全戸配布予定のチラシをご覧ください!!



【松江市文化財課企画展

同時開催予定!】

◆内容:八雲町の嫁入り道具

◆期間:10月~11月



秋の全国交通安全運動

【期間】

9月21日(土)~9月30日(月)

9月24日(火) 7時~

Aコープ前交差点にて『秋の交通安全
運動啓発街頭活動』を行います!

【運動の重点】

- ① 子どもと高齢者を始めとする歩行者の安全確保
- ② 夕暮れ時と夜間の交通事故防止と歩行者等の保護など安全運転意識の向上
- ③ 自転車の安全確保と交通ルール遵守の徹底
- ④ 飲酒運転等の悪質・危険な運転の根絶

【八雲地区交通安全協会・
八雲地区交通安全対策協議会】



健康づくり ノルディックウォーキング

今月は
金曜日です

◆日にち:9月27日(金)

◆集合場所:旧別所ほほえみ会館駐車場

◆集合時間:午前9時30分

(雨天時は八雲公民館内で体操等)

◆コース:八雲町まち歩きマップ
~別所コース~

※初めて参加される方は、9月24日(火)までに八雲公民館へお申込みください。

※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。

主催:八雲地区健康まつえ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



ご寄付御礼

<香典返し・玉串料>(8月21日現在)

・安部 優 様 (別上)

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)

ボランティア喫茶

*日時:9月10日(火)

午前10時~11時30分

*会場:八雲公民館 1階 みつぱつつじ

*料金:おひとり 200円

※今月より変更しております。

~メニュー~

コーヒー、紅茶、抹茶
のいずれかとお菓子付



*会場内に、

「健康&福祉相談コーナー」を開設!
八雲地区担当の保健師さんと市社協の職員
さんに来ていただきます。

お気軽にご利用ください♪(無料)





八雲支所からのお知らせ

* 9月は「健康増進普及月間」です！



この機会に生活習慣を見直し健康増進に努めましょう。

松江市では、昨年度「第3次健康まつえ21基本計画」を策定しました。今月から何回かに分けて計画についてご紹介します。

「みんなで支えあい健康寿命を延ばそう」を基本理念とし、10の取組みの方向性を決めました。

健康管理体制の推進では、

『**健診・がん検診受診率の向上・生活習慣病の発症予防・重症化予防**』に取り組みます。

健診（人間ドック含む）、がん検診の未受診理由は「自覚症状がないから」となっています。自分の身体に関心を持ち、定期的に健診、がん検診を受診しましょう。検査結果で治療の必要な人はきちんと治療しましょう。血圧や血糖値を適正値にコントロールし、重症化を防ぎましょう。

※第3次健康まつえ21基本計画の詳細は松江市ホームページでご確認ください。

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

検診車巡回<結核・肺がん検診>のお知らせ

*巡回日: **9月6日(金)**

ぜひこの機会に
ご利用ください!



*予約不要です。

*費用: 200円(喀痰検査: 300円)

(がん検診等受診券をお持ちの方は必ず持参ください)

巡回場所	時間
秋桑すこやか会館前	9:15~9:30
桑下公民館前	9:50~10:00
平原会館前	10:20~10:30
ふれあい農園駐車場	10:50~11:05
旧日吉ふれあい会館前	11:25~11:50
サニーハイツ コミュニティセンター前	13:30~13:50

【八雲地区健康まつえ21推進隊】

《八雲公民館からのお知らせ》

9月に入ってもまだまだ暑い日がつづきそうですね。八雲公民館は「指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)」の施設になっています。

熱中症特別警戒アラートが発令された時は、どなたでも利用いただけます。

<運用期間>

10月23日(水)まで

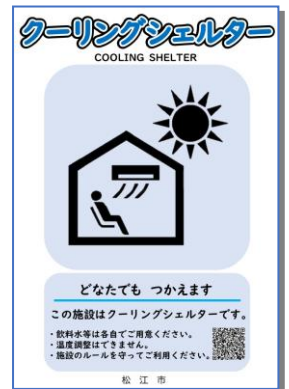
<開設日時>

月曜日~金曜日(土日祝除く)

8時30分~17時

<開設スペース>

憩いの部屋・本の部屋



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6年6月	155	377	49
令和6年7月	212	362	60	
増 ▲減	57	▲15	11	

【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	やくも子育て支援センター	八雲公民館	旧日吉ふれあい会館
9月6日(金)	10:50~11:30	14:10~14:50	15:00~15:30
9月20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。





9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 事
1	日	意宇の風、八雲書道		
2	月	陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	
3	火	陶芸、英語、3B		
4	水	四季彩会、どんぐり習字、ちびっこ空手道		てらこや八雲
5	木	ソーイング教室、囲碁クラブ、ヨーガセラピー いきいきエアロビ、レイフラワー八雲、英語		第2回ふれあい文化祭実行委員会
6	金	からだ元気塾、八雲書道、生命の貯蓄体操 民謡同好会、空手教室		男の料理教室
7	土	マウスの会、意宇の風		
8	日	意宇の風、八雲書道		
9	月	陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	子ども広場プレ会
10	火	陶芸、英語、手話サークル、3B		ボランティア喫茶 体協第2事業委員会
11	水	四季彩会、どんぐり習字、ちびっこ空手道		てらこや八雲
12	木	ヨーガセラピー、いきいきエアロビ ふれあい3B、英語		
13	金	からだ元気塾、囲碁クラブ 生命の貯蓄体操、民謡同好会、空手教室		
14	土	マウスの会、意宇の風		給食サービス
15	日	意宇の風		
16	月	英語	休館日	
17	火	陶芸、英語、3B		
18	水	四季彩会、ちびっこ空手道、どんぐり習字		第3回 AI デマンドバス説明会 てらこや八雲
19	木	絵手紙サークル、いきいきエアロビ、ヨーガセラピー レイフラワー八雲、英語		はかりの定期検査
20	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	山口県立山口高等学校	自治連理事会
21	土	マウスの会、意宇の風、キャノンフォトクラブ	山口県立山口高等学校	
22	日	意宇の風、八雲書道		のびのびやくもっ子体験教室 「DIY 工作きょうしつ」
23	月	英語	休館日	
24	火	陶芸、手話サークル、3B		
25	水	四季彩会、ちびっこ空手道		給食サービス、てらこや八雲
26	木	ToiToiToi、いきいきエアロビ、ふれあい3B		交安協・交対協 「一日おまわりさん」
27	金	からだ元気塾、生命の貯蓄体操、空手教室、英語		ノルディックウォーキング
28	土	マウスの会、意宇の風		給食サービス
29	日	意宇の風	八雲中学校吹奏楽部	国道432号線沿い除草作業
30	月	陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	八雲寿大学、子ども広場プレ会

～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。



※8月16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 Tel54-2478 八雲アルバホール Tel54-2406
 八雲地区社会福祉協議会 Tel54-2770