

令和6年12月号《第271号》

リフレッシュ だよ



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：6,573人 (-63)
- 女性/3,372 (-21) 男性/3,201 (-42)
- ・世帯数：2,700 (+8) 世帯 (R6.10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」～

人権教育講演会 & 第9回八雲寿大学

誰もが、残された家族が円滑・円満に相続手続きを行ってくれるように願っていることと思いますが、実際には、遺産をめぐる家族同士で争いが起こる場合があります。

遺産をめぐるトラブルは、決してすぐお金持ちの家庭だけの問題ではなく、どこの家庭でも起こりうるもの、だといえます。

今回、「相続登記」と「自筆証書遺言書」について、分かりやすくお話していただきます。

安心して生活を送ることができるよう、少しでも理解を深めていただく機会になればと願います。

ぜひお気軽にご参加ください。



◇日時：12月16日(月) 午前9時30分～11時

◇場所：八雲公民館 2階 星上山

◇演題：『相続登記のススメ』と『自筆証書遺言書保管制度』

◇講師：松江地方法務局

◇参加費・申込み：不要

【主催：八雲地域人権教育推進協議会 共催：八雲公民館福祉部、八雲地区社協】



第30回八雲町交通安全推進大会

*日時：12月5日(木) 午後7時～8時

【開場：午後6時30分】

*会場：八雲アルパホール

*内容：交通安全講話、交通安全啓発DVD上映
大抽選会



※交通安全母の会の皆さんによる

『喫茶コーナー(無料)』もあります!

*主催：八雲地区交通安全協会

*後援：松江警察署、八雲地区交通安全対策協議会
松江地区安全運転管理者協会八雲町分会

参加費
申込み
不要!

安心安全な
八雲町をめざしましょう!



☆祝☆八雲地区高齢者クラス優勝!!

11月14日(木)に行われた、第17回松江市高齢者スポーツ大会において、八雲地区高齢者クラスチームが優勝の成績を収めました!
おめでとうございます!!

【正月しめ飾り収集専用かごの設置について】 ※問合せ先：リサイクル都市推進課 (Tel.55-5279)

◇設置場所：八雲複合施設(八雲公民館駐車場内)、旧日吉ふれあい会館

◇設置期間：12月26日(木)～令和7年1月6日(月)

◇お願い：必ずもやせるごみ指定袋に入れて、1月6日(月)の8時30分までに出してください。

もやせるごみ指定袋に入れて、収集日に各自治会のごみ集積所へ出していただくことも可能です。

健康づくり/ルネックウォーキング

- ◆日にち：**12月26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）



※初めて参加される方は、**12月20日（金）**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



ウォーキング後は、一日遅れのクリスマス会&忘年会しまーす☆
【参加費300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

<第76回 歳末たすけあい>

松江市民 余芸大会

- ◆日時 12月14日（土）
開場：正午
開演：午後1時
 - ◆ところ 島根県民会館
大ホール
 - ◆入場料 前売 1,800円
/当日 2,000円
- ※公民館にチラシあります。



令和6年度 赤い羽根共同募金運動
ご協力をお願いいたします！



ピンバッジ（1個：500円）



クオカード（1枚：1,000円）

↑ご希望の方は八雲公民館事務室まで！

年末の交通事故防止運動

期間：12月11日(水)～12月31日(火)

【運動の重点】

- ① 飲酒運転の根絶
- ② 高齢者の交通事故防止
- ③ 夕暮れ時から夜間の歩行中・自転車乗車中の交通事故防止
- ④ 冬道の交通事故防止



八雲地区交通安全協会
八雲地区交通安全対策協議会



12月のボランティア喫茶

*日時：12月10日（火）
午前10時～11時30分

*会場：八雲公民館
1階 憩いの部屋



*料金：お一人 200円

<メニュー>

コーヒー、紅茶、抹茶のいずれかとお菓子付



10時30分頃より

「健福マジッククラブ」の皆さんによる、楽しい“マジックショー”をご披露いただきます♪

ぜひお誘い合わせて
お出かけください！



第55回八雲ふれあい文化祭 ご来場ありがとうございました！

10月19日（土）～20日（日）、第55回八雲ふれあい文化祭を開催しました。

2日間、展示・学習発表会・模擬店に多くのご来場をいただき、連日大変賑わいました。また、実行委員の皆様には会議や前日当日のスタッフとしてお世話になりました。

ご協力ありがとうございました！！

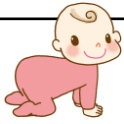


八雲中ボランティア頑張ってくれました！



やくも地域ふるさとかるた大会！





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、隔月で行っています。
市報松江でご確認ください。予約は不要です。
出かけやすい会場にお出かけください。

- ◆八雲どんぐり館では、12月19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。

松江市 HP
わいわいサロンページ



体もこころも十分に休息をとりましょう

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。今月は、「休養・こころの健康づくりの充実」について紹介します。

~市の取り組み~

- ◇十分な睡眠、こころの健康等に関する正しい知識の普及・啓発
- ◇相談体制の充実
- ◇関係機関と連携したメンタルヘルス対策や睡眠の確保に向けた取り組み



こころの健康を保ち続けるために、自分のストレスサインに気づきセルフケアをしてみませんか。体を動かす、深呼吸をする、ゆっくりお風呂に入る、誰かと話すなど自分なりのストレス対処方法を持ってみましょう。また、生活リズムを整えることは体の調子を整えるとともに、こころの健康づくりの基礎となります。



八雲公民館からのお知らせ

- *12月13日(金) 午後より職員研修のため事務室を閉室します。
 - *12月27日(金) 午後から令和7年1月6日(月)の期間は公民館を休館します。なお、事務室業務は1月7日(火)より行います。
- ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。



ご寄付御礼

<香典返し・玉串料> (11月19日現在)

- ・ 岩田 洋治 様 (須谷)
- ・ 藤田 早人 様 (矢谷)
- ・ 土谷 重子 様 (稲葉)

謹んで故人のご冥福をお祈りいたします。

八雲地区社会福祉協議会 (八雲公民館内)

AI デマンドバス(八雲・忌部)運行中!

10月1日からAI デマンドバス(予約制の乗合バス)の試験運行を行っています。
ご利用方法は松江市ホームページまたは、8月末に全戸配布しておりますリーフレット(八雲公民館にも備え付けてあります)でご確認いただけます。
「利用したいけど乗り方が分からない」などのお悩みがございましたら、お気軽にお問い合わせください。



ホームページ
はこちら!



お問い合わせ先

八雲地区公共交通利用促進協議会(八雲公民館内) 電話 54-2478
松江市交通政策課 電話 55-5661

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
12月6日(金)	10:50~11:30	14:10~14:50	15:00~15:30
12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。





12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		松江城マラソン
2	月	大正琴秋桜、陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	やくも子ども広場
3	火	陶芸、英語、3B		
4	水	四季彩会、ちびっこ空手道、どんぐり習字		てらこや八雲
5	木	囲碁クラブ、ソーイング教室、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30回八雲町交通安全推進大会
6	金	からだ元気塾、大正琴向日葵、八雲書道、生命の貯蓄体操 民謡同好会、空手教室		
7	土	マウスの会、意宇の風		しめ縄アート教室 給食サービス
8	日			フックスがけ ※貸館不可
9	月	陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	やくも子ども広場
10	火	陶芸、大正琴ふれんど、英語、手話サークル、3B		ボランティア喫茶
11	水	四季彩会、ちびっこ空手道、どんぐり習字		給食サービス、てらこや八雲
12	木	いきいきエアロビ、ヨーガセラピー、ふれあい3B、英語		運協幹事会
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		午後より事務室閉室 夜光反射調査（交安協）
14	土	マウスの会、八雲書道、意宇の風		ファミリーサークル
15	日	意宇の風		
16	月	陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	人権教育講演会&寿大学 地区社協理事会、やくも子ども広場
17	火	陶芸、英語、3B		八雲地区健康まつえ21会議
18	水	四季彩会、どんぐり習字、ちびっこ空手道		てらこや八雲
19	木	ToiToiToi、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		やくもまめなかエンタメショー実行 委員会
20	金	からだ元気塾、大正琴向日葵、八雲書道 生命の貯蓄体操、囲碁クラブ、民謡同好会、空手教室		
21	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
22	日	意宇の風		のびのびやくもっ子クリスマス会& 八雲地区市民憲章かるたとり大会
23	月	陶芸、大正琴秋桜、小西珠算教室	休館日	地区社協スタッフ会、運協 やくも子ども広場
24	火	陶芸、大正琴ふれんど、英語、手話サークル、3B		
25	水			
26	木	いきいきエアロビ、英語		ノルディックウォーキング
27	金	からだ元気塾 午後より休館		午後より事務室閉室
28	土	休館日	休館日	事務室閉室
29	日	休館日	休館日	しめ縄等贈呈事業 事務室閉室
30	月	休館日	休館日	事務室閉室
31	火	休館日 ※R7.1月6日まで休館	休館日 ※R7.1月6日まで休館	事務室閉室 ※R7.1月6日まで閉室

～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。



※11月18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