

令和7年7月号《第278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：6,542人 (-24)
女性/3,354 (-7) 男性/3,188 (-17)
- ・世帯数：2,725 (+42) 世帯 (R7.5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」～



＜八雲公民館文化部主催＞

“手作りジャム”づくり

八雲の美味しい野菜を使った手作りジャムは
美味しくて、栄養抜群！みんなで楽しくジャムづ
くりチャレンジしてみませんか？

ご参加お待ちしております！

*日時 7月19日(土)10:00～12:00

*場所 八雲公民館 1階 調理室

*講師 長谷川 みつ江 様

*受講料 500円(当日持参ください)

※作ったジャムはお持ち帰りいただきます。

*持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル

*募集定員 12名(定員になり次第締め切ります)

八雲公民館へ申込みください。



第3回八雲寿大学

昨年大好評！旬の野菜を美味しく食べるために、育て方から
お店で買う時の選び方まで、“目からウロコ”の野菜の育て方・
選び方講座の『パート2』を企画しました！

そして今回も、八雲地区食生活改善推進員さんの『夏野菜を
使った手作りランチ』をご用意します♪

ご参加お待ちしております！

◇日時：7月22日(火) 10:00～12:30

◇内容：「生活の知恵講座

～私も野菜作り名人になれる！

楽しく、手間いらずで、大収穫！&食育ランチ～

◇講師：八雲公民館運営協議会 福祉部 稲田 宗さん

◇場所：八雲公民館 2階 星上山

◇参加費：500円

◇申込み：7月17日(木)までに八雲公民館へ。



「青少年育成と社会を明るくする運動」 研修会開催!

▷日時：7月12日(土)
14:00～16:00

▷場所：八雲公民館
2階 星上山

※詳細は、先月配布して

おります全戸
配布チラシを
ご覧ください。

お問合せは、
八雲公民館へ。



＜八雲公民館文化部主催＞

NHK 朝ドラ「ばけばけ」

2025(令和7)年10月スタート!

『小泉八雲とセツ』

～タイムリーなわかりやすい入門講座～

あらかじめ基礎的
な予備知識を!
史実を理解した上
でドラマを見ると
おもしろさがより
アップします!!



○日時：8月5日(火)

10時～11時30分

○講師：宍道 正年 氏

元島根県古代文化センター長

『親子で学ぶ小泉八雲』著者

○会場：八雲公民館 2階 星上山

○参加費：不要

○申込み：8月4日(月)12時までに、
八雲公民館へ。

八雲体育協会

第59回八雲きゅうぎ大会

6月1日(日)、山村広場にて晴天の中「グラウンド・ゴルフ大会」を行いました。

11支部のチームが楽しく交流しながら、時には真剣勝負で競技されました。

ご参加いただきました各支部選手・応援の皆様、体協役員の皆様、本当にありがとうございました!

<結果発表>

- ☆優勝 サニーハイツ A チーム
- 2位 サニーハイツ B チーム
- 3位 西本郷 I A チーム



第55回市民体育祭

松江市ソフトボール大会 出場!

6月8日(日)、美保関総合運動公園で開催されました。数年ぶりに、八雲の有志チームで出場しました。

暑中、お疲れさまでした!!



ボランティア喫茶

*日時: 7月8日(火)

午前10時~11時30分

*会場: 八雲公民館 1階 憩い部屋

*料金: 200円(飲み物&お菓子)

*メニュー: コーヒー、紅茶、抹茶

のいずれかとお菓子付

健康福祉相談コーナー開設しています!



健康づくりルディックウォーキング

◆日にち: 7月24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

インドアモルック♪)

いつもより
1時間早く
スタート!



ウォーキングのあとは、冷たい飲み物でクールダウンしましょう♪
【参加費: 一人 100円】



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



夏の交通事故防止運動

【期間: 7月14日(月)~23日(水)】

~しっかりと(ま)もるルールで(ね)がう安全~

【運動の重点】

- ① 子どもと高齢者の交通事故防止
- ② 自転車利用時のヘルメット着用をはじめとする被害軽減対策の徹底
- ③ 飲酒運転の根絶
- ④ 過労・脇見運転の防止



夏の交通事故防止運動の期間中です。
一人ひとりが交通ルールの遵守と、正しいマナーを
実践しましょう。

【八雲地区交通安全協会

・八雲地区交通安全対策協議会】

八雲支所からののお知らせ



“まあまるうむ” のご案内



* 集団健診について *

7月18日(金)に八雲公民館で実施する集団健診にお申込みいただいている方は、当日の受付時間をご確認いただき、受診券等お忘れ物のないようにお出かけください。

* 熱中症に注意しましょう *

暑い日々が続いており、熱中症の危険性が高まっています。熱中症の予防には「暑さを避けること」と「こまめに休憩・水分をとること」が大切です。屋内や夜でも熱中症は発生しているため、注意が必要です。

～熱中症予防のポイント～



- ・のどがかわかなくてもこまめに水分補給を行いましょう
- ・気温や湿度、部屋の温度を気かけましょう
- ・エアコンや扇風機を上手に使いましょう
- ・暑い日や、体調の悪い日は無理をしないようにしましょう



○日時:7月17日(木)
10時～11時

○場所:八雲児童センター
(どんぐり館)

※前日までにて要予約です。
【TEL:54-2135】

問い合わせ先:八雲支所市民生活課 TEL55-5766(保健師 川島・安達)

<日吉ふれあい会館 使用についてのごお願い>

◎日吉ふれあい会館使用申請について

・使用予約は、2ヶ月前から受付します。3日前までの予約をお願いします。

◎冷暖房費(1階会議室)は使用に応じて、30分100円徴収します。

・冷暖房利用希望の方はお申し出ください。(リモコン準備します。)

◎冷暖房(1階ホール・2階はありません。)

部 屋 名	9時～17時(1時間単位)		17時～21時(1時間単位)	
	時間	料金	時間	料金
1階会議室	1時間	500円	1時間	600円
1階ホール	1時間	600円	1時間	700円
2階和室 集会室1	1時間	600円	1時間	700円
2階和室 集会室2	1時間	400円	1時間	500円
2階和室 集会室 両面	1時間	800円	1時間	900円
2階和室 集会室3	1時間	400円	1時間	500円

※管理責任者 一般社団法人やくも日吉(森山 信雄) 連絡先 090-7134-8551

AI デマンドバス(八雲・忌部)からののお知らせ

【7月臨時便運行について】

八雲小学校の下校時刻変更のため、下記の時間帯は予約が取りにくい場合があります。ご承知おきください。

*7月17日(木) | 2:00 (3時間授業のため)

*7月18日(金) | 2:00 (終業式のため)

～利用状況～

○令和7年4月:632人

○令和7年5月:635人



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 ・いやタクシー 電話52-2081

公民館図書室よりお知らせ



新しい本が入りました!

★貸出:平日9～17時

★貸出期間:2週間

ぜひご利用ください♪

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
7月4日(金)	10:50～11:30	14:10～14:50	15:00～15:30
7月18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。





7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	火	陶芸、英語、3B		
2	水	スポーツウェルネス吹矢、四季彩会		てらこや八雲
3	木	ソーイング教室、いきいきエアロビ ヨーガセラピー、英語		てらこや八雲、人推協総会・研修会 社明打合せ会
4	金	大正琴向日葵、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		
5	土	マウスの会、意宇の風		ファミリーサークル
6	日	意宇の風		
7	月	陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	やくもこども広場 八雲あんしんネットワーク会議
8	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
9	水	有子のストレッチ教室、どんぐり習字	<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 5px; color: white; text-align: center;"> 無料行政相談 コーナーも開設 されます。ご利用 ください！ </div>	てらこや八雲
10	木	ヨーガセラピー、いきいきエアロビ ふれあい3B、英語		てらこや八雲
11	金	からだ元気塾、八雲書道、民謡同好会、空手教室		
12	土			青少年育成と社会を明るくする運動 研修会、給食サービス
13	日	意宇の風、八雲書道		
14	月	陶芸、大正琴秋桜、英語、小西珠算教室	休館日	やくもこども広場
15	火	陶芸、英語、3B		
16	水	スポーツウェルネス吹矢		八雲地区交通安全対策協議会総会
17	木	絵手紙、いきいきエアロビ、レイフラワー八雲、英語		
18	金	空手教室		集団健診、自治連理事会
19	土	マウスの会、意宇の風、キャノンフォトクラブ		文化部料理教室
20	日	意宇の風		
21	月	英語、小西珠算教室	休館日	のびのびやくもっ子 「あんどんづくり」
22	火	陶芸、大正琴ふれんど、英語、手話、3B		八雲寿大学
23	水	どんぐり習字		てらこや八雲
24	木	ToiToiToi、いきいきエアロビ、ヨーガセラピー ふれあい3B、英語		ノルディックウォーキング てらこや八雲
25	金	からだ元気塾、生命の貯蓄体操、八雲書道、囲碁クラブ 民謡同好会、空手教室		
26	土	マウスの会、意宇の風		給食サービス
27	日	意宇の風、八雲書道		
28	月	陶芸、英語、小西珠算教室	八雲中学校吹奏楽部	てらこや八雲
29	火	陶芸、大正琴ふれんど、英語	八雲中学校吹奏楽部	社協スタッフ会
30	水	どんぐり習字	八雲中学校吹奏楽部	給食サービス
31	木	いきいきエアロビ、レイフラワー八雲、英語	八雲中学校吹奏楽部	てらこや八雲

～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。



※6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 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