令和8年11月号《第294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：6,540人（-39）
  女性／3,346（-26） 男性／3,194（-13）
- 世帯数：2,790（+40）世帯（R8.9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」～

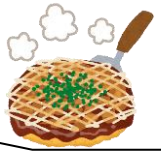
ひろげよう 市民の輪！

まめなかエンタメショー

入場にはチケットが必要です。
一般チケットの販売が始まってます。
お早めにお求めください。









日 時 令和8年11月29日（日）
13:30～16:00
（13:00 開場 13:30開演）

会 場 八雲アルバホール
内 容【第1部】
- 開星中学・開星高校チアリーディング部 STARS
- こども落語～松江算数活塾落語教室～

【第2部】“プロ歌手による歌謡ショー”
- 小川 たける（♪さつまの花魁 他）
- 佳山 明生 （♪氷雨 他）

おいしいマルシェ開催！
お好み焼き・キッチンカー・豚まん
大判焼き・唐揚げ・パン などなど
☆☆楽しいお店がいっぱい☆☆
マルシェは10:00からオープンです！
マルシェはチケット不要です♪
マルシェだけでもお気軽にお越しください

※詳細は、先月の全戸配布チラシをご覧ください。皆様のお越しをお待ちしております！！

♪主催・問合せ先 やくもまめなかエンタメショー実行委員会 【八雲公民館：℡54-2478】

ボランティア喫茶



○日 時：11月10日（火） 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と市社協の職員の方々に来ていただきます。
お気軽にご利用ください♪（無料）



第32回八雲町交通安全推進大会



◇日 時：12月2日（水）19時～20時※参加費・申込不要
◇場 所：八雲アルバホール
今年は警察音楽隊がゲスト出演！皆さん一緒に安心安全な八雲町を目指しましょう！どなたでも参加できます。
※詳細は来月のリフレッシュだよりでお伝えします。

≪≪ 文化部主催 ≫≫

魚のさばき方教室

初心者向けに魚の鮮度の見分け方、万能包丁でできるお刺身や簡単な調理法を教えていただきます。
皆様、お気軽にご参加ください。

◇日 時 11月11日（水）午後2時～4時
◇会 場 八雲公民館 1階 調理室
◇講 師 外谷 政和さん（八雲町在住）
◇参加費 1,000円 ※さばいた品は持ち帰ります。
◇定 員 12名(定員になり次第締め切ります)
◇持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル
◇その他 さばく魚は、その時期の旬のものです。
お楽しみに♪

【！次回予告！】
12/7(月)10:00～13:30「冬のかんたんおもてなし料理教室」 講師:みさかよりえ先生で参加受付は 11/26(木)か

11月 健康ノルディックウォーキング

＊日 に ち ：１１月２６日（木）
＊集合場所：八雲公民館駐車場
＊集合時間：午前９時３０分
（雨天時は八雲公民館で
軽スポーツをします）
＊参加費：一人２００円（茶話会代）
※初めて参加される方は、１１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はポール貸し出し代２００円が必要になります。

主催：八雲地区健康まつえ２１推進隊
八雲公民館体育部

11月の

八雲寿大学「歴史講座」

歴史好きの皆さん必見！松江歴史館の職員さんに松江の歴史についてわかりやすく解説していただきます。

□日 時：１１月１８日（水）１０時～１１時３０分
□会 場：八雲公民館 ２階 星上山
□講 師：松江歴史館　大多和　弥生　さん
□内 容：松江城や城下町の成り立ち、松江藩の歴史など、松江の歴史について楽しく学びます。
□参加費：２００円
□申込締切：１１月１１日（水）までに
八雲公民館（54-2478）へ。

【第４０回市民体育祭】

地区対抗大運動会 大健闘！

2年に1回開催される「地区対抗大運動会」に出場しました。

スポ少の子どもたちをはじめ、八雲地区が一丸となり、結果は

Ａグループ5位（15地区中）

という好成績を収めました！



選手・役員の皆様、
ご協力ありがとうございました！
八雲体育協会

八雲青少年育成の会からのお知らせ

第27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～

<テーマ>
“対話を通した出会いとつながり“

◇日 時 １２月５日（土）１３時～１５時30分
◇場 所 八雲中学校体育館
◇内 容 ・八雲地域人推協人権標語表彰式
・北海道八雲町との交流報告
・やくも〇〇(もくもく)トーク ほか
◇駐車場：八雲公民館、八雲中校庭、八雲小前庭
※詳細は全戸配布チラシをご覧ください。

☆やくも〇〇トークの参加者募集中！☆

対話で中学生を応援してくださる方募集します！あなたの人生が中学生の学びにつながるかも！？特別な資格や経験は必要ありません。

参加ご希望の方は右の QR コードからお申し込みください。
問い合わせ先：八雲公民館
（電話：54-2478）



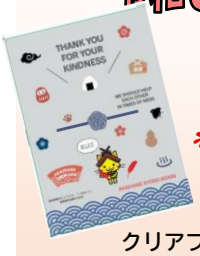
ご寄付御礼

＜香典返し・玉串料＞（10月14日現在）

・三島　嘉浩　様（中　組）
・渡部　憲雄　様（市　場）
・安部　浩二　様（日　吉）
・大川　和宏　様（国屋町）

謹んで故人のご冥福をお祈りいたします。
寄付をいただき、ありがとうございました。
八雲地区社会福祉協議会(八雲公民館内)

令和8年度 赤い羽根共同募金運動



ご協力をお願いいたします！



＊しまねっことコラボのグッズ募金を
ご希望の方は八雲公民館事務室まで＊

クリアファイル（1枚：200円以上）　ピンバッジ（1個：500円以上）

八雲支所からのお知らせ

＊体を動かす生活をはじめてみませんか＊

　生活習慣病の発症予防及び重症化予防のほか、生活機能の維持・向上の観点から運動習慣作りは重要です。身体活動・運動の量が多い人は、少ない人と比較すると様々な病気の発症・り患リスクが低いことがわかっています。

　スポーツやウォーキング、筋力トレーニングなどの運動だけでなく、買い物の際に車を少し遠くにおいて歩く時間を増やす、エレベーターではなく階段を使う、座る時間を減らすなど、日常生活の中で今より多く体を動かすようにすることも有効です。

　気温が下がり涼しくなってきた今、自分の続けられそうなものを選び、体を動かす習慣作りをはじめてみましょう。

【問合せ先】八雲支所市民生活課
℡５５-５７６６
（保健師　川島・安達）

＊税を考える週間＊

小学生の絵はがきを展示します。

　税を考える週間（11 月 11 日（水）～11 月 17 日（火））に合わせ、八雲小学校児童が作成した絵はがきが八雲公民館で展示されます。

展示期間：令和８年 11 月９日（月）～
　　11 月 17 日（火）

展示場所：八雲公民館玄関ホール

　皆様、この期間にぜひご覧ください。

＊11 月の“まあまるうむ”＊

日時：11 月 19 日（木）
　　10：00～11：00

会場：八雲公民館

内容：Let’ｓバランスボール
　　ほかにも赤ちゃんの体重
　　測定などもできます。

お申込み：八雲公民館
　　（電話 54-2478）

お気軽にお申し込みください♪



＊AI デマンドバス（八雲・忌部）からのお知らせ＊

～利用状況～
〇令和8年8月：488 人
〇令和8年9月：571 人



ホームページ
はこちら！



お問い合わせ先
・松江市交通政策課　電話 55-5661　・いやタクシー　電話52-2081
・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

フードバンクしまね
「冬休みあったか元気便」
～ご協力のお願い～

冬休みの就学援助世帯への支援に向けて、食料品を集めています。賞味期限は２０２７年１月以降のものを１１月２０日（金）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！

公民館図書室よりお知らせ

★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
11 月　6 日(金)	１０：５０～１１：３０	１４：１０～１４：５０	１５：００～１５：３０
11 月 20 日(金)	１０：５０～１１：３０	１４：１０～１４：５０	１５：５０～１６：２０

移動図書館でも市立図書の貸出と返却ができます。また借りたい本の予約もできます。



１１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	公民館関連行事
１	日	Toi Toi Toi、意宇の風		
２	月		八雲中学校合唱祭	
３	火			
４	水		高文連大会	てらこや八雲
５	木		高文連大会	てらこや八雲
６	金		高文連大会	移動図書
７	土		高文連大会	
８	日	八雲書道、意宇の風		
９	月	大正琴秋桜、陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	やくもこども広場
１０	火	陶芸、大正琴ふれんど、英語、手話		ボランティア喫茶
１１	水	スポーツウェルネス吹矢、四季彩会、どんぐり習字		文化部「魚のさばき方」教室 てらこや八雲
１２	木	ヨーガセラピー、いきいきエアロビ、3B、ふれあい3B 英語		てらこや八雲
１３	金	ソーイング、大正琴向日葵、からだ元気塾、八雲書道、空手教室 囲碁クラブ、生命の貯蓄体操、民謡同好会、意宇の風		秋の花いっぱい運動
１４	土	マウスの会、意宇の風、キヤノンフォトクラブ、 みんなで踊りを楽しむ会、清吟堂吟遊会		給食サービス、ファミリーサークル
１５	日	意宇の風		
１６	月	大正琴秋桜、陶芸、英語、小西珠算教室	休館日	やくもこども広場
１７	火	陶芸、英語		
１８	水			てらこや八雲、寿大学
１９	木	ヨーガセラピー、いきいきエアロビ、レイフラワー八雲 3B、英語		文化財保護協会・周藤弥兵衛顕彰会 合同視察（出雲方面）、 てらこや八雲、まあまるうむ
２０	金	絵手紙サークル、からだ元気塾、大正琴向日葵、意宇の風、空手、 囲碁クラブ、生命の貯蓄体操、八雲書道、民謡同好会		自治連理事会、移動図書
２１	土		松江市保育研究会	
２２	日	意宇の風、八雲書道		
２３	月	英語		
２４	火	陶芸、大正琴ふれんど、英語、手話	休館日	
２５	水	どんぐり習字		てらこや八雲、給食サービス
２６	木	Toi Toi Toi、ヨーガセラピー、いきいきエアロビ、3B ふれあい 3B、英語		てらこや八雲 健康ノルディックウォーキング
２７	金	からだ元気塾、生命の貯蓄体操、民謡同好会、空手教室 意宇の風		
２８	土			給食サービス
２９	日	☆☆☆まめなかエンタメショー☆☆☆		
３０	月	英語、小西珠算教室	休館日	やくもこども広場



～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だより、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13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、詳しいことは各団体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　℡54-2478　　八雲アルバホール　℡54-2406
八雲地区社会福祉協議会　℡54-2770