

11月の行事予定 都合により変更になる場合があります。

日	曜	行事予定	公民館使用予定	日	曜	行事予定	公民館使用予定
1	水		ピラティス	16	木		スイートピー、3B 体操 大正琴、清吟なかうみ
2	木		スイートピー、3B 体操	17	金		からだ元気塾、珠算教室
3	金	文化の日		18	土		ヨーガ教室、観光協会
4	土		ヨーガ教室、しゃくやく	19	日		原子力説明会
5	日	清水寺ウォーキング		20	月	子ども広場	フォークピオニ、新婦人の会
6	月	子ども広場	フォークピオニ	21	火	スマホ教室 島弁保存会	
7	火	スマホ教室 福祉推・民児協合同会		22	水	子育てカフェ 公共交通ワークショップ	行政相談、ピラティス
8	水	わいわいサロン	まごころ会、リズムダンス ピラティス	23	木	勤労感謝の日 社会見学	清吟なかうみ
9	木		清吟なかうみ、スイートピー 大正琴、消問研	24	金		からだ元気塾、珠算教室
10	金		からだ元気塾、珠算教室	25	土		レイフラワー
11	土		レイフラワー	26	日		食改
12	日	八東地区防災訓練		27	月	子ども広場	フォークピオニ
13	月	子ども広場	フォークピオニ 新婦人の会	28	火	男性の料理教室 スマホ教室	
14	火	スマホ教室 健康講座、読み語り	中央書道、八東陶芸	29	水	社協定例会	ピラティス
15	水		まごころ会、ピラティス	30	木		

# 八東公民館だより 11月号

人口 3,721人(前月比+3)  
世帯数 1,721世帯(前月比+2)  
【9月末現在】  
子どもは宝・ふるさと宝

令和5年11月 第196号 発行:松江市八東公民館  
〔松江市八東町波入 2060 TEL0852-76-3663 FAX0852-76-3669〕

ホームページ更新中  
QRコードを読み取って  
アクセスしてください



## にんじん学校 秋の社会見学

日時 11月23日(木・祝) 9:00 出発 16:00 帰着

集合 八東公民館 体育館側駐車場  
行先 円形劇場くらしフィギュアミュージアム  
青山剛昌ふるさと館(名探偵コナン)

参加費 大人 3,500円(中学生以上)  
子ども 2,500円(小学生以下)

※昼食は大人(もちしゃぶ)、子ども(お子様ランチ)

申込み 八東公民館まで TEL76-3663

定員 30名

※詳細は申し込みされた方に別途お送りします。



円形劇場くらしフィギュアミュージアム

鳥取県倉吉市のシンボルとして愛され続けてきた日本最古の円形校舎があります。老朽化により取り壊しが検討されていましたが、その存在を惜しむ地元の人々の声により現在では恐竜や動物、アニメのヒーローや人気キャラクターたちが展示されているミュージアムとして生まれ変わりました。

## 男の料理教室

簡単に美味しくできる料理に挑戦してみませんか?  
初心者の方でも大丈夫!お気軽にご参加ください。

日時 11月28日(火)9:30~13:00

場所 八東公民館 調理室

講師 食生活改善推進員の皆さん

参加費 500円 定員 12名 申込 11/21(火)までに八東公民館(TEL76-3663)へ

~~メニュー~~

- ・餃子
- ・ひじきの煮物
- ・野菜サラダ
- ・オニオンスープ



## ほっこり茶屋

お茶とお菓子でゆったりとした時間を過ごしましょう。

日時 12月1日(金) 10:00~13:00(お好きな時間にお越しください)

場所 八東公民館 ピオニホール

メニュー コーヒー・抹茶(お菓子付き) 200円

※健康相談・野菜の販売もあります



## 八東支所から11月のお知らせ

◆けんしん◆「乳がん検診」※事前申込みが必要です。

申込開始 1日(水)	検診日時:12月13日(水) 9:00~11:00 13:00~15:00	八東 公民館
申込先: 島根県環境保健公社 平日9:00~17:00 ☎0852-61-8077		

◆わいわいサロン・子育て教室◆

8日(水)	10:00~11:30	八東公民館
-------	-------------	-------

◆子育てカフェ◆

22日(水)	10:00~11:30	八東公民館
--------	-------------	-------

◆し尿収集◆

15日(水)	八東町全地区
--------	--------

◆令和6年4月1日以降の保育所等入所申込書類の配布開始日◆ ⇒ 20日(月)

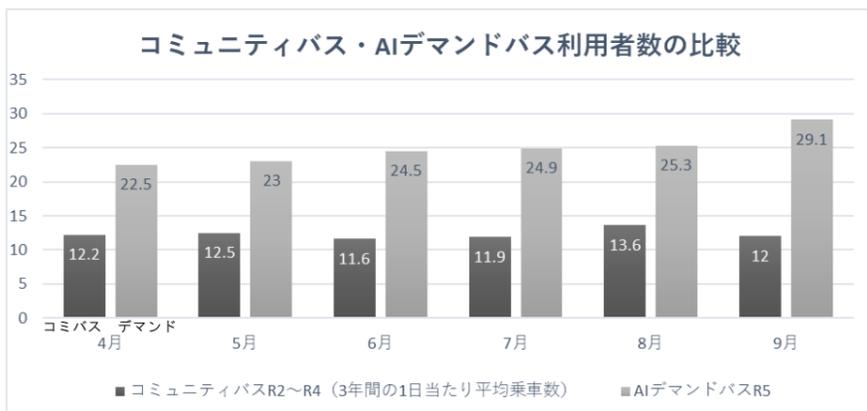
後期高齢者人間ドック・脳ドックの助成事業  
はR5年度で終了します

お問い合わせ:健康推進課  
☎0852-60-8162

毎年12月に、次年度の後期高齢者人間ドック・脳ドックの受診者を募集していましたが、助成事業の終了に伴い、令和6年度分の募集は行いません。助成事業は終了しますが、高齢期の健康を守るために「後期高齢者健康診査」と「がん検診」をぜひご利用ください。  
※令和5年度の「後期高齢者人間ドック・脳ドック」受診希望者募集は終了しています。

## AI デマンドバス「まつえのるーと」情報

(一日平均利用者数)



・6 か月間の AI デマンドバス利用者数はコミュニティバス利用者数の **2 倍** 乗車がありました。

・1日の最大利用者数は5月26日(金)の**51人**です。

### わいわいサロン・子育て教室

日時：11月8日(水) 10:00～11:30

場所：八束公民館 多目的室

内容：身体測定・子育て相談・3B体操(一緒に体を動かしましょう!)

持ち物：母子手帳、バスタオル(身体測定に使用)、動きやすい服装

### 子育てカフェ

日時：11月22日(水) 10:00～11:30

場所：八束公民館 和室

内容：お茶を飲みながらゆっくりお話ししましょう 身体測定・育児相談もできます

持ち物：母子手帳、バスタオル(身体測定に使用)

問合せ 八束支所・保健師までご連絡ください。TEL 55-5826



## 松江市公民館 松東ブロック 市民学習発表会

日時 11月19日(日) 13:30～16:30 (12:50開場)

場所 島根中学校体育館(島根町加賀 1414 TEL85-2301)

内容 ・各公民館サークルのステージ発表 オープニング 潜戸太鼓

八束からは ra' bano zumba サークル 14:10～

清吟なかうみ支部 15:30～ が出演予定です

・模擬店 各地区の特産品販売

「大根島産直市」「なかうみの郷 すずしろ」も出店されます!!

お誘いあわせお出かけください



## 高齢者の交通事故防止運動

実施期間 令和5年11月11日(土)～11月20日(月)

日暮れが早くなります。夜反射材を着用しましょう!



### 行政相談

日時 11月22日(水)13:00～15:00

会場 八束公民館 団体事務室

相談員 門脇 規道(波入)

相談無料・秘密厳守・予約不要

### 移動図書館 だんだん号

11月の巡回日

1日(水) 14:00～14:40

15日(水) 14:00～14:40

### 赤い羽根共同募金



期間 10/1～12/31

八束公民館で松江地区共同募金会オリジナルマスク募金やピンバッジ募金ができます。ご協力をお願いします。

### ご寄付の御礼

下記の方よりご寄付をいただきました。ご厚意に対し厚くお礼申しあげ、故人のご冥福をお祈りします。  
(香典返し) 門脇眞理子 様(遅江)

### 健康講座「冬の薬膳」で健康づくり

薬膳を取り入れて健康に過ごしましょう

日時 11月14日(火) 14:00～15:30

場所 八束公民館 2階会議室

講師 中級薬膳インストラクター

栢野和美 様

内容 寒い季節を健康に過ごす秘訣

申込み 八束公民館まで

TEL 76-3663

### 「原子力災害の発生に備えた地区別説明会」

日時 11月19日(日)14:00～15:00

場所 八束公民館 2階会議室

内容 「原子力発電」「放射線の影響」

「原子力災害とは」「広域避難のルール」など

対象 八束地区にお住まいの方

定員 50名事前申込不要

問合せ 松江市原子力安全対策課

TEL55-5616

### デジタル活用支援 スマートフォン講座

スマホの基本的な使い方などを初心者の方でも安心して学べる講習会です。

日時・講座内容	11月7日(火)	13:00～14:00	①電源の入れ方、ボタンの操作方法
		14:15～15:15	②電話のかけ方、カメラの使い方
	11月14日(火)	13:00～14:00	③インターネットの利用方法
		14:15～15:15	④スマートフォンを安全に使うポイント
	11月21日(火)	13:00～14:00	⑤アプリのインストール方法
		14:15～15:15	⑥全国版救急受診アプリ(Q助)の利用方法
	11月28日(火)	13:00～14:00	⑦SNSの使い方
		14:15～15:15	⑧オンライン診療の利用方法

申し込み 八束公民館まで(TEL76-3663) 受講したい講座の番号をお伝えください

※スマートフォンを借りたい人はその旨をお伝えください。

定員 各回8名