

9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・工芸館使用予定	日	曜	行事予定	公民館・工芸館使用予定
1	火		おおつか学習会、ピラティス catsNEO	16	水	わいわいカフェ	行政相談、まごころ会 キッズ cats
2	水	びおにくらぶ	キッズ cats	17	木		スイートピー、たんぼぼ 3B 体操、cats
3	木		スイートピー、たんぼぼ 3B 体操、cats	18	金		からだ元気塾、珠算教室 おおつか学習会
4	金		からだ元気塾、珠算教室 おおつか学習会	19	土	自治連会長杯 GG 大会	ヨーガ教室、cats
5	土	やつかつ子食堂	ヨーガ教室、cats	20	日		スポ少カラテ
6	日		スポ少カラテ	21	月	敬老の日	
7	月	子ども広場	高齢者クラブ女性部 一楽書芸院、レクダンスぼたん	22	火	国民の休日	catsNEO おおつか学習会
8	火	にんじん学校「地 元野菜デザート」	八東陶芸、中央書道、catsNEO おおつか学習会、ピラティス	23	水	秋分の日	キッズ cats
9	水		まごころ会、キッズ cats	24	木	社協スタッフ会	清吟なかうみ、スイートピー レイフラワー、cats
10	木		清吟なかうみ、スイートピー レイフラワー、cats	25	金	モルック交流会 島芝翫節クラブ	からだ元気塾、珠算教室 おおつか学習会
11	金		からだ元気塾、珠算教室 おおつか学習会	26	土		更生保護女性会、cats
12	土		cats	27	日		スポ少カラテ
13	日		スポ少カラテ	28	月	子ども広場 集団健診準備	レクダンスぼたん
14	月	子ども広場	一楽書芸院、レクダンスぼたん	29	火	集団健診	catsNEO、おおつか学習会
15	火	読み語り 健康講座	更生保女性会、ピラティス catsNEO、おおつか学習会	30	水	消防点検	キッズ cats

八東支所から9月のお知らせ

◆けんしん◆

《集団健診》 事前申込者のみ／当日受付不可

29日(火)	※混雑を避けるため、必ず案内時間にご来場ください。 ※大腸がん検診申込者は、当日、容器をお持ちください。	八東公民館
--------	---	-------

◆し尿収集◆

14日(月)	八東町全地区
--------	--------

令和8年10月5日(月)から窓口受付時間を短縮します

【短縮後の受付時間】9：00～16：30 【対象施設】市役所本庁、各支所、保健福祉センター
電話の受付時間（8:30～17:15）は変更ありません。ご理解とご協力をよろしくお願いします。

八東公民館だより 9月号

令和8年9月 第228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〕

人口 3,556 人（前月比+3）
世帯数 1,713 世帯（前月比-2）
【7月末現在】

子どもは宝・ふるさと宝

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 地元野菜で冷たいデザートづくり

まだまだ暑いこの季節。地元野菜のひんやりデザートとおいしい軽食をたべて
もうひとがんばりしましょう♪

日時 9月8日(火) 10：00～13：00

場所：八東公民館 調理室

講師：みさかよりえ先生

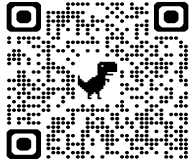
メニュー：小松菜のパンナコッタ、とうもろこしのジェラート、かぼちゃの麩餅
軽食付きです！（ポテトサラダサンド、さつまいもスープ）

参加費：500円

定員：15名程度 締切 9/4(金)

申込み：八東公民館（TEL76-3663）または QRコードよりお願いします。

持ち物：エプロン、手拭き、三角巾



八東地区文化祭 展示作品を募集します♪

下記の通り文化祭展示作品を募集します。日頃の活動の成果を発表してみませんか？

展示期間：10月20日(火)～25日(日) 9:00～17:00（24、25日は15:00まで）

作品搬入：19日(月)13:00～

会場：八東公民館 2階会議室 等

注意事項：会場の都合上、出品数は一人1～2点とさせていただきます。

その他、詳細については出品者へ個別に連絡します。

申し込み：八東公民館まで TEL76-3663 締め切り 9/25(金)



八東地区自治会連合会長杯グラウンド・ゴルフ大会

日時：9月19日(土)8:30～11:30(小雨決行) 予備日：20日(日)

会場：大塚山特設会場

参加資格：グラウンド・ゴルフ協会会員及び八東町内自治会加入者

参加費用：500円

申込締切：9月10日(木)までに八東町グラウンド・ゴルフ協会事務局（渡部 090-3379-9608）

または八東地区自治会連合会事務局（76-3663）までお申込み下さい。



やつかっ子食堂

日 時：9月5日（土）11：00～13：00

場 所：八束公民館

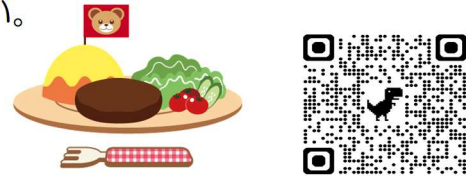
参 加 費：こども100円 おとな300円

メニュー：おこさまランチ（チキンライス・ハンバーグ・スパゲティ）

申し込み：9月3日（木）までに申込 QR コード または
八束公民館（TEL76-3663）へご連絡ください。

主 催：やつかっ子食堂

★食べ終わったらペットボトルで
水鉄砲を作ってあそびましょう♪



〈寄付のお礼〉

渡部 直人 様（寺津）8/19 開催 スイカの寄付をしていただき、ありがとうございました。

「モルック交流会」

フィンランドの伝統的なスポーツ^{キック}kyykkäをもとにして作られたニュースポーツ「モルック」を
体験してみませんか？初めてでも大丈夫、どなたでも簡単にできます。

日 時 9月25日（金）19：00～20：30（予定）

場 所 八束公民館 ピオニホール

定 員 30名程度（夜間開催の為、子どもさんが参加される場合は保護者の付添をお願いします）

講 師 松江市スポーツ推進委員の皆さん

持ち物 飲み物、汗拭きタオル

申 込 八束公民館までTEL76-3663 か右記 QR コードより

締 切 9/18（金）

★このモルックは室内でできるよう
改良されたインドアモルックです



ぴおにクラブ（子育て教室）

日 時：9月2日（水）10：00～11：30

場 所：八束公民館 多目的室

内 容：秋のコンサート（フルーツ&ピアノの演奏で癒されましょう♪）

持ち物：母子手帳、バスタオル



わいわいカフェ（子育てカフェ）

日 時：9月16日（水）10：00～11：30

場 所：八束公民館 和室

内 容：お茶とお菓子を食べながらゆっくりと交流しましょう♪
身体測定・子育て相談

持ち物：母子手帳、バスタオル



松江市 PR キャラクターおまっちょ

9月は「るるくる」強化月間です！

～テーマは高血圧予防とけんしん受診～



心臓と血管を守る健康習慣として
血圧を測る、脈を測る、けんしんを受ける を
健康づくりの第一歩として取り組んでみませんか？

「はかる」「つける」「きづく」「かわる」の
4つのセルフチェックのステップで行う
健康づくりです。

脈を測りましょう

脈の回数が多かったり少なかったり、不規則な時は、脳卒中や心不全の原因になる可能性があります。

ポイント！

- ①人差し指、中指、薬指をそろえてOの位置に置く
- ②15秒位脈拍を触れて、間隔が規則的か確認する
- ③大人の心拍数は1分間に60～100回程度が基準です



脈のイメージ図（例）

規則的な脈	●	●	●	●	●	●
不規則な脈	●	●●●	●	●●●	●	●

松江市八束支所市民生活課 保健師（佐藤・松崎）

「松江市公民館職員採用試験について（事前のお知らせ）」

令和9年4月採用予定の「松江市公民館職員」を9月から募集予定です。

生涯学習や地域づくりにご興味のある方は、是非お申し込みください。

※キャリア形成のため、令和9年4月1日時点で40歳未満の方が対象です。

その他の受験資格、試験内容などの詳細は募集要項にてご確認ください。

【募集要項】

松江市ホームページへの掲載および松江市内の各公民館で掲示いたします。

問合せ先 松江市生涯学習課（松江市公民館運営協議会連合会人事委員会事務局）

TEL 0852-55-5289（直通）

2026 まちづくりを考える日

8月7日（金）、松江市が主催する「2026 まちづくりを
考える日」が開催されました。「波入グラウンドゴルフ同
好会」から「グラウンド・ゴルフが結ぶ、地域の絆と人の
つながり」について発表され、好評を得ました。

行政相談

日 時 9月16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

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 忠義 様（寺津） 門脇 敏道 様（遅江）

9月の移動図書館 ヘルン号巡回日

《日時》9月2日（水）14：00～14：40

9月16日（水）14：00～14：40

《場所》八束体育館駐車場

秋の全国交通安全運動

期間：令和8年9月21日（月）～30日（水）

一斉PR 24日（木）7：30～八束中央交差点

