

クロスポート



〒697-0631

島根県邑智郡邑南町市木2046-3

電話 (ファクス兼用) : 0855-85-0126
(IP電話番号) : 050-5207-4000
(メール) : ichigi-k@town-ohnan.jp

おおなんチャレンジリーダー研修



9月5日(土)、邑南町公民館連絡協議会主催で、町内在住の小学4年生から中学3年生を対象に、リーダー研修を開催しました。本事業は、邑南町を担うリーダー格を育成するため、活動を通じて「つながり」や「かかわり」の中で育まれる創意工夫する力、主体性、積極性、協調性を身につけることにより『生きる力を育む』ことを目的とする事業です。

当日は15名が参加し、寺本農園さんでのブドウの収穫体験や、班ごとに分かれてのピザ作り、火起こし体験など、さまざまな活動に取り組みました。ピザ作りでは、市木公民館の稲垣館長が講師を務め、子どもたちに丁寧に指導をおこなっていただきました。火起こし体験では、「まいぎり式」での火起こしに挑戦し、仲間と協力しながら取り組む姿が見られました。今回の研修を通して、班の仲間と声を掛け合い、協力する姿や、自分たちで考えて行動する姿など、子どもたちの成長を感じることができました。これからもさまざまな体験を通して、仲間と協力することの大切さや、自主性を育てていきたいと思ひます。

～市木地区 今後の行事予定について～

○市木市

日時：10月25日(日)

午前10時から午後3時まで

会場：市木町地区(雨天時：市木公民館)

実行委員の皆さんが、さまざまなステージとブースを企画しています。

(※写真は昨年の市木市の様子)



○市木地区誕生会の開催について

日時：10月31日(土) 午前9時30分から(予定)

会場：市木公民館カントリーホール

市木地区誕生会を上記の日程で開催いたします！

4月1日～10月31日にお生まれになった方を対象に、軽スポーツや食事で交流を深めましょう。参加をご希望の方はチラシの申込書を公民館へご提出ください。多くの方のご参加をお待ちしております。

お誕生会



運動教室 ～市木のずぼらでいいんよ体操～

9月3日(木)、公民館自主教室の運動教室に吉時鍼灸医院の三井先生にお越しいただき、「市木のずぼらでいいんよ体操」を開催しました。

内容は顔のマッサージから自律神経を整えるメニューや猫背が体に引き起こす悪影響についての説明、セラバンドやラップの芯を用いた体操など行いました。参加した方からは「普段の運動とは違うことができて大変良かった。家でも行いたい」などの感想をいただきました。

三井先生からは「市木地区の方はまとまりがあって素晴らしい」とお声をかけていただきました。

来年もぜひお越しいただけるよう、計画をしたいと思います。



2026年10月のカレンダー



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27	28 容器包装プラ	29 燃えるごみ	30	1 運動教室	2 燃えるごみ	3
4	5 容器包装プラ	6 みんなで歌おう	7 容器包装紙	8 運動教室	9 習字教室	10
11	12 スポーツの日 容器包装プラ	13 燃えるごみ し尿（要予約）	14 粗大ごみ 乾電池・蛍光灯 ペットボトル	15 運動教室	16 習字教室	17
18 敬老会	19 容器包装プラ	20 燃えるごみ	21 容器包装紙	22 認知症予防教室	23 習字教室	24
25 市木市	26 容器包装プラ	27 燃えるごみ カン・ビン 古紙・不燃ごみ	28 ペットボトル	29 運動教室	30 燃えるごみ	31
1	2 容器包装プラ	3 燃えるごみ	※自主教室の開催日は変更になる場合があります。 その他ご不明な点がございましたら、公民館までお問い合わせ下さい。			

認知症予防教室 ～教育委員会 出前講座～

8月27日（木）、認知症予防教室にて教育委員会の小笠原美穂子さんを迎え、出前講座を行いました。

今回は頭と体、両方を活用したメニューを行いました。町内の学校や都道府県の書き出し、リズムに乗ってバケツを叩く運動、チームで相談しタワーを作り上げることを行いました。最後はサザエさんの楽曲にあわせて体操を行いました。

普段とは異なる運動に、参加した方々からも楽しい声が上がっていました。

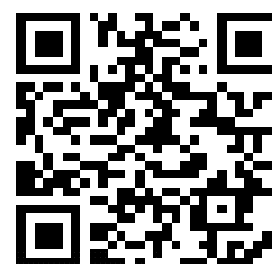


～邑南町教育委員会より～ コミスクコーナー

瑞穂地域学校運営協議会（コミュニティ・スクール）では、「子ども達のために家庭や地域ですぐにできそうなこと」を発案・提案しています。特別な準備や難しいことではなく、日々の暮らしの中で「できそうなこと」から少しずつ始めてみませんか？

- ◆ 魔法の言葉。「おはよう」「こんにちは」は大人から。
- ◆ いつものついでに、見守り隊。
- ◆ のぞいてみよう、地域の学びや。

コミュニティ・スクールの詳しい内容は右の二次元コード（邑南町コミスクHP）をご覧ください。他地域の取り組みも紹介しています。



展示会の開催について



10月1日～30日の期間、公民館ロビーにて「ウクライナとロシアの子ども絵画展」を開催いたします。この展示は、世界で起こっている戦争から平和とは何かを考えることを目的に開催するものです。ぜひ公民館にお越しいただき、展示品をご覧ください。（展示協力：世界児童画展センター）

公民館照明のLED化！！



8月末に市木公民館全館のLED工事が行われました。照明器具が一新され、館内がより明るくなりました。今後、公民館をご利用の際には、照明の明るさにもご注目いただけると幸いです！

市木の人口

世帯数	166戸（△ 3戸）
男性	155人（△ 6人）
女性	181人（△ 5人）
合計	336人（△ 11人）

※（ ）は前年同月比

