

# 口羽公民館だより

6月号 (発行 2019年(令和元年)6月17日)

電話：(0855)87-0910

IP：050-5207-6600

## 神馬図絵馬を見るべく益田グランドタワーへ

令和元年5月16日(木)益田グランドタワーで開催されている「てんとせん、いろ、かたち 島根の美術室」に賀茂神社の神馬図絵馬が出版されているという情報をキャッチし、阿須那公民館と共催でカルチャーバスを企画いたしました。最初に神馬図絵馬が展示してある企画展を学芸員の説明のもと鑑賞し、いろいろと面白い物の見方があるということが学べました。

その後、万葉公園で万葉弁当をおいしくいただき、柿本人麿生誕地と伝えられる戸田柿本社を訪れました。現地では益田観光ガイド友会の渋谷宏文さんの丁寧な説明のもと、人麿ゆかりの地について学べました。さらに戸田柿本社宮司(なんと50代目!)綾部常実さんから戸田柿本社についての説明を受け、宝物を鑑賞させていただきながら歴史を学び、人麿の遺髪を祭る塚まで案内していただきました。そして、人麿遺髪塚の前で記念写真を撮りました。皆様お疲れ様でした



人麿遺髪塚の前ではいチーズ!

## シニア・エアロビ教室始動!

5月17日(金)午後1時半から元氣館トレーニングセンターの石岡美生健康運動指導士にお願ひし、開催されました。今回は初めて参加される方ばかりでしたが、皆さんしっかりと汗を流されたようです。

エアロビ終了後に感想を伺ったところ、楽しかった、足が痛くなるぐらいの心地よい疲れがありました、筋肉痛になるだろうと思ったらそうでもなかった、適切な酸素運動だと思いません、など、好評でした。新しく始められた方もおられますので、皆様お気軽に参加してください。男性の方ももちろんお待ちしております。

参加費500円をお忘れ無く!



レッツ、エクササイズ!

## 交通安全テント村並びに

## 邑智郡交通安全協会邑南支部口羽分会総会

## が開催されました

交通安全協会口羽分会で交通安全テント村が令和元年5月17日（金）口羽公民館裏手で開催されました。通行車両の方を呼び止めて安全運転のお願いをすると共に紙パックのジュースと安全運転啓発チラシ等をお渡ししました。百個用意した物が約1時間で無くなりました。

また、令和元年最初の交通安全協会口羽分会の総会が口羽公民館で5月24日（金）開催されました。総会では新しく羽須美駐在所に赴任された澤田文人巡查部長が挨拶され、最近の交通事故情勢を説明されました。続いて昨年度の事業報告が行われ、交通安全旗を各地域に配布することも併せて報告されました。新年度に向けて口羽分会の交通安全テント村がすぐ行われたことも説明され、了承されました。



5月27日（月）高齢者学級でグラウンドゴルフが開催されました。認知症予防のため、毎月活動をされています。6月24日（月）には元気館トレーニングセンターで運動教室を行う予定です。健康づくりは日々の運動から！



熱中症対策講座が開催されました

阿須那公民館との共催で、5月25日（土）下口羽地区河野医院の河野圭一先生による『意外と知らない「熱中症」のはなし』と題して熱中症について説明されました。水分をしっかりとって、エアコンをしっかりと使うことなど、大盛況の中で面白、おもしろく例えや実例を挙げて予防について学習できました。



### 口羽地区の人口と世帯数

（2019/5/31現在）

男性328人 女性378人

世帯数349戸



### —7月行事予定—

- ※毎月1日 「交通安全県民の日」
- 10日（水） 民生委員・児童委員協議会  
羽須美支部会
- 11日（木） 移動職業相談
- 13日（土） 花まるさんすう教室
- 16日（火） 町議会意見交換会
- 18日（木） 介護者家族の会
- 19日（金） 野菜づくり教室
- 19日（金） シニア・エアロビ教室
- ※毎月19日 「食育の日」
- 21日（日） あるこう会
- 22日（月） 特定健診報告会
- 25日（木） 移動職業相談
- 29日（月） ひらめき学級

### 邑南町議会意見交換会の開催

邑南町議会議員と口羽地域の皆様との意見交換会が開催されます。皆様お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

日時：7月16日（火）19：30から  
場所：口羽公民館 大ホール

### 【編集後記】

熱中症対策講座、皆様聞かれましたでしょうか？やはり病気に対しての正確な知識が我身を守るのだと思います。河野圭一先生わかりやすいお話、ありがとうございました！実はこの原稿を書いている時期に左肘にできものがあったせいで炎症を起こし、激痛と38℃の熱が出てしまい、公民館だよりを落とす恐怖と戦っておりました。やはり「健康第一！」皆様もお体には十分ご留意いただき、元気に公民館にお越しください。  
今手 景祐（いまで けいゆう）

