



「まちづくり運動協議会」

募集

里山トレッキング 〈東町八十八ヶ所巡り〉



東町の裏山一帯（地蔵院周辺）に八十八ヶ所巡りがあります。お大師さんが番外も合わせ、約100体並んでいます。東町の先人が苦勞して設置した「ふるさとの宝」みなさんで巡ってみませんか？

- 日時：3月7日（日）13：30～16：00
- コース：東町清久寺（地蔵院）周辺
約2.7km *起伏のあるコースです。
- 場所：東町 ところ旅館駐車場集合
- 募集人数：20名（先着順）
- 参加費：無料
- 持ち物：動きやすい服装・靴、防寒着
- 申込〆切：3月1日（月）
- 協力：東町分館・東町町内会連合会
- 申込み・問合せ先：中央公民館

春ヨガ

募集

- 日時：3月18日（木）
15：00～16：00
- 場所：総合体育館 トレーニング室
- 講師：土中杏美さん
- 募集人数：10名
- 参加費：無料
- 持ち物：タオル、飲み物、
持っている方はヨガマット
※動きやすい服装でお越しください
- その他：貸し出し用のヨガマットあります
- 申込〆切：3月16日（火）
- 申込み・問合せ先：中央公民館

第2回生活習慣病・介護予防教室

お知らせ

食を通じて元気で長生き編

- 日時：都万公民館 3月9日（火）
14：00～15：30
五箇公民館 3月11日（木）
14：00～15：30
- 講師：役場 保健師、管理栄養士
- 内容：お口の健康・食生活の講話 運動の実技
- 参加費：無料
- その他：動きやすい服装でお越しください。
都万公民館は上履きをご持参ください。
※新型コロナ感染状況によっては、中止をする場合がありますのでご了承ください。
- 問合せ先：隠岐の島町役場 保健課（2-8562）
五箇公民館
都万公民館



五箇公民館

報告

幸齢者歴史講座

1月28日（木）『幸齢者ふるさと学園』事業として、「幸齢者歴史講座～五箇の歴史について～」を行いました。

講師に常角 敏氏をお迎えして「五箇の歴史つまみぐい」と題し、五箇の城跡や流人と隠岐人の関わりなど詳しく掘り下げ、当時の資料や自ら行った現地調査の資料を使って、わかりやすく解説して頂きました。



募集

幸齢者ふるさと学園

軽スポーツ教室

-春に体を動かそう！-

- 日時：3月10日（水）9：00～12：00
- 集合場所：五箇町民体育館
- 講師：隠岐の島町スポーツ推進委員
- 内容：ラダーゲッター、ニチレクボール
ディスクゲッター（予定）
- 対象：町内在住の概ね60歳以上の方
- 募集人数：15名程度（先着順）
- 参加費：無料
- その他：動きやすい服装でお越しください
- 申込〆切：3月4日（木）
- 申込み・問合せ先：五箇公民館



募集

インターネット使い方講座 ネットショッピング講座

- 日時：3月23日（火）
10：00～11：30
- 場所：隠岐島文化会館 青年研修室
- 内容：ネットショッピングのやり方・
注意点
- 対象：パソコン、スマホ・タブレット
末をお持ちの方でネットショッ
ピング初心者の方
- 募集人数：10名
- 参加費：無料
- 持ち物：ノートパソコン・スマホ・タブ
レット端末のいずれか
- 申込〆切：3月22日（月）
- 申込み・問合せ先：中央公民館

都万公民館

報告

異世代交流

1月16日（土）都万公民館にて、高齢者教室『都万笑福館』の第8回事業として「異世代交流」を開催しました。

今回は大人、子どもを含めた19名と、国際交流員のイザベラさんの参加で、クオリティとカローリングをして遊びました。最初は戸惑っていた子どもも、笑福館の方からやり方を教えてもらい楽しさが分かると、高得点を狙おうと一生懸命練習し、和気あいあいと楽しい交流となりました。



布施公民館

報告

分館合同学習会

1月31日（日）、中村地区の郡と一之森分館合同で「新型コロナウイルス感染症“人権”について考える」と題し学習会が開催されました。いつ町内に入ってきてもおかしくない状況の中、事前に見識を深めることができました。和やかな雰囲気の中、活発に意見交換される様子を見て「地区の人の元気」を改めて実感しました。また、地区と公民館、更に教育委員会が繋がり、学習会が開催されたことは大変有意義でした。



隠岐の島町 2021年 教育行事予定表

3月

各行事 問合せ先一覧

中 中央公民館 (2-0003)
 布 布施公民館 (7-4314)
 五 五箇公民館 (5-9011)
 都 都万公民館 (6-2273)

教 隠岐の島町教育委員会 (2-2126)
 役 隠岐の島町役場 (2-2111)
 文 隠岐島文化会館 (2-0237)
 図 隠岐の島町図書館 (2-2341)

ア 隠岐の島町総合体育館 (3-0025)
 フ 隠岐の島町屋内温水プール (2-7117)
 保 隠岐の島町役場 保健課 (2-8562)

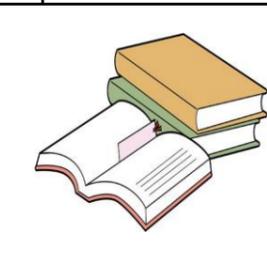
日	月	火	水	木	金	土
	1 中潮 教 放課後子ども教室 (西郷・中条・有木・北小・五箇・都万) 中五文ア 夜間休館日 図 休館日	2 中潮 教 放課後子ども教室 (磯) フ 休館日	3 中潮 教 放課後子ども教室 (五箇) 五 習字教室 (19:30~) 図 休館日	4 中潮 教 放課後子ども教室 (都万) 中五文ア 夜間休館日 図 休館日	5 小潮 教 放課後子ども教室 (有木) 五 習字教室 (19:30~)	6 小潮
7 小潮 中 里山トレッキング (東町八十八ヶ所巡り) (13:30~) 図 はじめてのえほん (10:30~) ア 隠岐島後バレーボール協会長杯 バレーボール大会 (6人制)	8 長潮 教 放課後子ども教室 (西郷・中条・有木・北小・五箇・都万) 中五文ア 夜間休館日 図 休館日	9 若潮 保 第2回生活習慣病・介護予防教室 「食を通じて元気で長生き編」 (14:00~ 都万公民館) 教 放課後子ども教室 (磯) フ 休館日	10 中潮 五 幸齢者ふるさと学園 「軽スポーツ教室」 (9:00~ 五箇町民体育館) 教 放課後子ども教室 (五箇)	11 中潮 保 第2回生活習慣病・介護予防教室 「食を通じて元気で長生き編」 (14:00~ 五箇公民館) 教 古文書講座 (19:00~ 文化会館)	12 大潮 教 放課後子ども教室 (有木) 五 習字教室 (19:30~)	13 大潮 図 隠岐アゴラ (14:30~)
14 大潮 図 はじめてのえほん (10:30~) ア 第31回イング杯 バトミントンクラブ対抗団体戦	15 中潮 保 島根大学健康講座 「今日から始めよう!健康長寿への道!」 (14:00~ 五箇公民館) 中五文ア 夜間休館日 図 休館日	16 中潮 保 島根大学健康講座 「今日から始めよう!健康長寿への道!」 (14:00~ 都万公民館) フ 休館日	17 中潮	18 中潮 中 春ヨガ (15:00~ 総合体育館)	19 小潮	20 小潮 春分の日
21 小潮 ア 春季バスケットボール大会 図 休館日	22 長潮 中五文ア 夜間休館日 図 休館日	23 若潮 中 ネットショッピング講座 (10:00~) フ 休館日	24 中潮	25 中潮	26 大潮	27 大潮
28 大潮 図 はじめてのえほん (10:30~) ア アリーナの日 中五文ア 夜間休館日 図 休館日	29 大潮	30 中潮 フ 休館日	31 中潮	島根大学健康講座 今日から始めよう!健康長寿への道! ●日時: 五箇公民館 3月15日(月) 14:00~15:30 都万公民館 3月16日(火) 14:00~15:30 ●講師: 島根大学 地域包括ケア教育研究センター 安部孝文 助教 ●内容: 健康に関するお話と軽い運動を行いますので、動きやすい服装でお越しください ●問合せ先: 隠岐の島町役場 保健課 (2-8562) 五箇公民館・都万公民館 (都万公民館は上履きをご持参ください)		

図書コーナー

五箇公民館 新刊本案内

- 毎日、心地よい自分でいられる不調と美容のからだ地図 (市野さおり)
- 厨房から台所へ-志麻さんの思い出レシピ31 (タサン志麻)
- 不思議とお金に困らない人の生き方 (本田晃一)
- よくある子どもの病気・ケガ ますの対応マニュアル (新谷まさこ)
- 認知症コーチング (鯨岡栄一郎)
- くろくまくん あわあわてあらい (たかいよしかず)

※五箇公民館図書室開館時間 (8:30~22:00)
 月曜日のみ (8:30~17:00)



都万公民館 新刊本案内

- UMA未確認生物大図鑑DX (未確認生物ミステリー研究会)
- 恋♡友☆運命ゼーんぶわかる! 占いスペシャル☆
- マンガ版 人生の勝負は朝で決まる。(千田琢哉)
- しんどい心にさようなら (きい)
- 極上ずぼら飯 (たれウマ)
- 台湾の人情食堂こだわりグルメ旅 (光瀬憲子)
- 韓国ほろ酔い横丁・こだわりグルメ旅 (鄭銀淑)

