

益田公民館だより

益田公民館

〒698-0005 益田市本町 6-8

TEL/FAX 23-5752

メールアドレス csc-masuda@city.masuda.lg.jp



公民館の風景

新緑が日に日に濃くなり、陽ざしも眩しい季節となりました。益田公民館のシンボルツリーのハリエンジュ（にせあかしあ）も白く可愛らしい花を咲かせ、風がよい香りを運んでくれます。

益田地区のみなさま、「コロナ疲れ」はありませんか。行動の制限がある中、不自由な生活を送っておられると思います。こんな時こそ、地域みんなで声を掛け合っていきたいですね。



今年のハリエンジュ

真っ赤な
しゃくなげの花



めだかの
卵まだかな

★「新しい生活様式」(実践例)★

(厚生労働省ホームページより抜粋)

5月4日、厚生労働省から新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」の実践例が示されました。

(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①基本的距離の確保 ②マスクの着用 ③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
- 遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒かけて水と石けんで洗う（手指消毒薬の使用も可）

※高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

知らないうちに、拡めちゃうから。



疫病から人々を守るとされる妖怪「アマビエ」

(2) 日常生活を営む上での基本的な生活様式

- まめに手洗い・手指消毒 咳エチケットの徹底 こまめに換気 身体的距離の確保
- 3密の回避（密集、密接、密閉） 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養。



外出控え



密集回避



密接回避



密閉回避



換気



咳エチケット



手洗い

(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品の接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

食事

- 持ち帰りや出前、デリバリー
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

【さわやか講座についてお知らせ】

お待たせしていましたが、さわやか講座の募集ちらしは6月初旬に配布予定です。

※地域の方からお花のプレゼント※

地域の方がプランターに、色んな種類の花の苗を植えられる、当館にプレゼントして下さいました。当館シンボルツリーのハリエンジュ（にせあかしあ）の側にあります。こんなご時世でも、花は変わることなく私たちをそっと見守ってくれています。温かいお心遣いをありがとうございました。



可愛らしい影の花が揺れています

未来の 大人たちへ

～ 小・中・高生のみなさん ～



みなさんの声を地域へ
発信してみませんか？



- 「学校で肝試し大会やってみたい！！」
- 「企業とコラボして商品開発してみたい！」
- 「放課後みんなで集まれるところがあるといいな」

「地域でこんなことあったらいいな～」
「地域で何か楽しいこと
やってみたいな～」
など・・・

問い合わせ先 益田公民館
〒698-0005 益田市本町6-8
電話/FAX 23-5752
メール csc-masuda@city.masuda.lg.jp

★わが地区の活動団体さん★

「地域を明るくする会」

私達の会は、2007年に11人で発足しました。3年後20人、今では25人のボランティア団体です。地域を明るくきれいな町を目指し、ごみ拾い、花壇の花造り、イベントの参加やマラソン・自転車の応援では、大漁旗で応援します。旗も中々手に入らず、漁師さんから何年もかかって譲って貰い、今では17本あります。走っておられる方から、拍手や握手を求められたり、逆に感激し益々力が入ります。また、昔から伝わる祇園祭の時は、祇園花を1ヶ月前から会員で作って飾り、今年で7年目になります。あれもこれもと廃っていく大事な伝承行事を、一つでも残す事に生き甲斐を持って頑張っています。公道を使わせてもらうにはきれいに利用しなければいけない事を子ども達に見本を見せ、活動を引き継いでもらえる事を常に意識しながら草むしりをしています。会員はボランティア（奉仕する）精神の方ばかりの集まりで、地区の為に何が出来るかを模索しながら楽しく活動、今年で13年目を迎えることが出来ました。これからもどうぞ宜しくお願い致します。

代表 原田フジエ



交通安全を見守る案山子
「雪舟」と「柿本人麻呂」



石見空港マラソンのランナーを応援

♪ちょっとひとやすみ♪

～脳トレにいかがですか。～

○の中に数字を入れ、四字熟語を完成させましょう。

1. ○捨○入
2. ○中○○
3. ○発○中
4. ○石○鳥
5. ○差○別
6. ○○時中
7. ○日坊主
8. 北斗○星

※答えは右下にあります。



6月の行事予定

- 6月10日(水) あいさつの日
(おはようプロジェクト)
6月22日(月) 乳がん検診
※要申し込み 乳房のX線撮影
(マンモグラフィー検査)

お知らせ

- ①公民館“貸館”を再開しますが、新型コロナウイルス対策のため人数や活動に制限がありますので事前にお問い合わせ願います。
- ②公民館において、特別定額給付金申請のための本人確認書類の無料コピーをご利用いただけます。

益田地区 世帯・人口動向

R2.4.30 現在		
分団	世帯数	人口
1	244	484
2	292	616
3	225	459
4	480	999
5	842	1,822
6	667	1,423
計	2,750	5,803
前月比	6	△6