



カマテ

— 公民館だより —

令和6年6月号 5月20日発行



にこにこマーケット

6月23日(日) 10:00~11:30

場所 鎌手公民館内・外 少雨決行

【館内の出店】

うみかぜ工作室・木工品
 海の幸・さざえ飯他
 慶弔袋書き
 常盤屋・漬け物他
 はちみつ
 NPO かまて・総菜
 ノラマーレ・ケーキ他
 ハンドメイドキーホルダー
 クラフトバッグ
 ドリフトウッドデザインHIRO
 益田縫製・衣類
 Mimi クッキー・洋菓子
 マリード・パン
 トックぜんざい

【室外の出店】

バンド演奏
 益田市社会福祉協議会
 鮮魚
 焼きうどん
 横道会・たこ焼き他
 のぞみの里・花野菜苗
 ビヨンド・ピザ販売
 ピピピレジン・レジソワークショップ
 mdp-d.plants.s・多肉植物

- 開始時間は10:00を守ってください
- エコバッグを持ってきてね
- 旧中学校グラウンドに駐車してください



ありがとうございました

○お花

佐々木昇二様(西平原)
 青戸早苗様(西平原)
 佐々木富士夫様(西平原)
 松本和子様(土田)
 美濃千鶴子様(西平原)

○花壇植え付け

佐々木昇二様(西平原)

○草刈り

西平原クラブの皆様
 地域づくり協議会
 思いやり部会の皆様

新!サークル メンバー募集

健康体操で人気の伴泰子先生の
 「元気アップ教室」が始まります!
 みんなで楽しく体操しましょう♪

○会費 1回500円

○初回は6月5日(水)です

○時間 10:00~11:30

○持ち物 動きやすい服装、
 タオル、飲み物

鎌手地区人口データ (R6.3月末データ)

	世帯数	総人口	男	女	65歳以上	高齢化率
宇治	18	43	23	20	21	48.8%
金山	47	118	60	58	48	40.7%
土田	102	199	99	100	110	55.3%
西平原	253	522	250	272	236	45.2%
大浜	127	244	119	125	141	57.8%
木部	103	211	95	116	107	50.7%
全体	650	1337	646	691	663	49.6%

6月予定表

- (土) 鎌手小学校運動会
- (日) 女性部総会
- (月) 小学校振替休日
公民館講座「子どもの元気は姿勢から」
PC交流会
- (水) 元気アップ教室
- (金) 100歳体操
- (月) PC交流会
公民館講座 第二回
「大笑い健康プログラム」
- (金) 100歳体操
- (月) PC交流会
肺がん検診
- (火) 公民館講座「モルックを体験しよう」
- (水) 移動販売
- (金) 100歳体操
- (日) にこにこマーケット
- (月) PC交流会
- (火) 東陽中対話+
- (水) 公民館講座「玉ねぎの皮で草木染め」
- (木) 地域の達人クラブ
- (金) 100歳体操

裏面もあります

参加者募集 お知らせ

パソコン
交流会
毎週月曜日
10時～12時

100歳体操
毎週金曜日
9:00
～9:45

移動販売
毎週金曜日
11:45頃
パン
(マリード)

移動販売
6月19日
(水)
11:30
～12:00

助六寿司
(海の幸)
パン
(マリード)
(駅パンくるくる)
惣菜
(ノラ・マーレ)
(ローソン号)
(総菜屋かまで)



公民館講座

「子どもを元気にするプロジェクト
公民館で楽しく学ぼう！
～子どもの元気は姿勢から～」

6月3日(月)

9:30～11:30

講師 伴 敦(公民館長)

参加費 不要

持ち物 動きやすい服装
タオル、飲み物

対象 小学生(振替休日)

申込み 5/31 締切

長年、体育の先生をされていた館長が姿勢のことや体操などを楽しく学べる講座を考えてくださいました♪

公民館講座

第二回「大笑い健康プログラム」

6月10日(月)

10:00～11:30

参加費 不要

申込み 6/4 締切

笑いは有酸素運動です。10分笑えば30分運動したのと同じ効果があります。DVDを見ながら笑ったエクササイズをしましょう♪

肺がん検診

6月17日(月)

15:20～15:40

場所 鎌手公民館

対象 40歳以上

料金 300円

(かくたん検査が必要な方は900円)

持ち物 健康手帳、料金

予約不要

検診車の中で胸部のエックス線撮影を行います

公民館講座

「モルックを体験しよう」

6月18日(火)

9:30～11:00 雨天中止

講師 島根県クリーン協会
積田様

参加費 不要

持ち物 外で運動ができる靴、飲み物

申込み 6/12 締切

今、人気のスポーツ「モルック」をみんなで体験しましょう！どなたでも参加できる楽しいスポーツです♪

公式LINEからも
各種申込み、問合せ
受け付けています→



鎌手公民館

TEL 27-0501

メール 右記QRコード



公民館講座

「玉ねぎの皮で草木染め」

～トートバッグ～

6月26日(水)

9:30～11:30

講師 刈刈プラザ 溢田様

参加費 110円

持ち物 エプロン、玉ねぎの皮
(かきもの)

定員 8名

申込み 6/17 締切

公民館講座

「ミミズコンポスト教室」

7月2日(火)

10:00～11:30

講師 益田市地球温暖化対策地域協議会
会長 藤井幸子様

参加費 不要

申込み 6/21 締切

ミミズコンポストとは、ミミズの活動を利用した生ごみ処理のことです。ミミズの生態に関するお話やミミズコンポストの始め方を実践を見て学びます！

Instagram

鎌手公民館



KAMATEKOUJINKAN2020