



カマテ

— 公民館だより —

令和7年1月号 12月18日発行

第22回 水仙の里かまてウォーク

日にち 令和7年1月19日(日) 小雨決行

時間 8:45~9:15 受付(鎌手公民館)

参加費 高校生以上300円

豚汁の無料提供・・・鎌手地区の食改・商工会・自治会女性部

こんにゃく・・・地域の方

野菜の提供は地区民の皆様よりご協力お願いいたします

水仙の切り花のプレゼント・・・水仙部会

お抹茶・・・鎌手地区更生保護女性会

屋台(有料)・・・海の幸・横道会・かまてチャームラボ・はちみつ

ポスター作成・・・東陽中学1年生 野村あさひさん

鎌手絵図のプレゼント・・・鎌手ふるさとおこし推進協議会より

主催：水仙の里かまてウォーク実行委員会

申し込みは鎌手公民館まで

氏名・〇〇市(住所)

TEL・FAX 0856-27-0501

メール csc-kamate@city.masuda.lg.jp

QRコード



ありがとうございました

〇お花 佐々木小枝様(宇治)

森脇達真様(土田)

〇紙のゴミ箱 亦賀久美恵様(土田)

〇木の実 佐々木小枝様(宇治)

〇倉庫物出し、ゴミ搬入 地域の方々

〇和室障子張り替え 地域の方々

〇林道清掃

ふるさとおこし推進委員・ボランティアの皆様

年末大掃除

トイレ：母子会

廊下：絵手紙グループ

調理室：食生活改善推進委員

ロビー・スリッパ・玄関

：ひまわりグループ

和室：更生保護女性会

大会議室：フォークダンスの会

大会議室窓：カメラ同好会

飾り棚：書道教室

大変きれいになり、気持ちよく年を越すことができます。ありがとうございました。

善意の寄付 鎌手地区社会福祉協議会

(故) 寺田省三様(土田郷) 香典返し

赤い羽根共同募金

鎌手小学校児童会(代表 寺戸大吾さん、田倉柊太郎さん、芝田和弘さん)より益田市社会福祉協議会へお渡ししました

1月予定表

6(月) 新年互例会

パソコン教室

7(火) 鎌手小、東陽中冬休み終了

9(木) マーシャン教室

10(金) 100歳体操

移動支援バス

12(日) 公民館でどんと焼きしよう

消防出初式

15(水) 移動販売

16(木) 乳がん・子宮頸がん検診

3B体操体験会

17(金) 100歳体操

19(日) 水仙の里かまてウォーク

20(月) パソコン教室

22(水) 元気アップ教室

24(金) 100歳体操

移動支援バス

26(日) 文化祭・水仙ウォーク反省会

女性部全体会

27(月) パソコン教室

31(金) 100歳体操

公民館講座

「韓国たわしホッパ」スミづくり」

2/2(日) すこやか健康教室

参加者募集 お知らせ

パリッ交流会
毎週月曜日
10:00
～12:00

100歳体操
毎週金曜日
9:00
～9:45

元気アップ教室
月1回水曜日
10:00
～11:30

マージャン教室
月1回
9:30
～11:30

移動販売
1月15日
(水)
11:30
～12:00

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

「公民館でどんと焼きしよう」

1月12日(日)

10:00～12:00

持ち物 飲み物、しめ縄(あれば)

参加費 200円

申込み 1/9(木)まで

どんと焼きで新年の健康をお祈りしましょう★
お餅つきでついた餅を焼いてぜんざいに入れて美味しくいただきます♡



お餅つき体験も
できる!



第6回 すこやか健康教室

2月2日(日)

10:00～11:30

「よくわかる 肝炎のはなし」
～肝臓についてもっと知ろう～

講師 津田医院 院長 狩野先生

※ 参加費・申し込み 不要

※ 健康相談・血圧測定

	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	117	61	56	47	40.2%
土田	101	186	91	95	107	57.5%
西平原	254	514	245	269	237	46.1%
大浜	124	234	115	119	137	58.5%
木部	102	206	92	114	109	52.9%
全体	646	1300	627	673	658	50.6%

公民館講座

「韓国たわしホッパンスセミづくり

코바늘 호빵수세미」

1月31日(金)

9:00～11:00

持ち物 かぎ針8号 飲み物

参加費 500円(毛糸+お菓子)

申込み 1/20(月)まで

台所、お風呂、洗面所などで大活躍！
キラリネという毛糸でかぎ針で編んでいきます
水切りが良く、汚れもよく落ち、
毛糸1玉で約3個作れるエコ商品です

子宮頸がん検診(20歳以上)

乳がん検診(40歳以上)

1月16日(木)

14:00～14:30

場所 鎌手公民館にて

料金 子宮頸がん検診 900円

乳がん検診 2,000円

持ち物 健康手帳、料金

申込み 健康増進課 31-0214 まで

12/11 しめ縄づくりをしました



次回 にこにこマーケット 3/9(日)

出店者募集 締切 2/15

3B 体操体験会

1月16日(木)

10:00～11:00

場所 鎌手公民館にて

参加費 不要

持ち物 あれば室内シューズ、
飲み物

申込み 鎌手公民館 27-0501

1/14 まで

男女問わず無理なくできる楽しい体操です

公民館で集めています

ペットボトルキャップ・古切手

使用済みプリンタインク・ベルマーク

ご自宅で眠っている衣類(冬物)

鎌手公民館

メール

公式 LINE

Instagram

TEL 27-0501



KAMATEKOUINKAN2020