

市民センター主催行事	日 時		学 習 内 容
ひなち切り絵教室	4月24日(月)	9時30分	基本的な内容と下絵作り
男の料理教室			新年度は5月より
ひなち女性学級			新年度は5月より
ひなち歴史民俗講座			新年度は5月より
比奈知高齢者学級			新年度は5月より

## 平成28年度 比奈知市民センター主催学級 閉講式

去る3月9日に男の料理教室、3月17日はひなち女性学級、3月21日はひなち歴史民俗講座、3月23日には比奈知高齢者学級が開催され、平成28年度の締めくくりとしてそれぞれ閉講式を行いました。

平成28年度は男の料理教室10回、ひなち女性学級9回、高齢者学級9回、歴史民俗講座11回、ひなち切り絵教室8回の講座を行いました。各々、皆出席賞等が中野修一市民センター長より授与されました。

女性学級は、閉講式を兼ねて勢和の里へ出向き「農村料理まめや」でどこか懐かしい農村料理を楽しんだ後、「丹生大師神社」近辺を散策しました。

平成29年度も5月から開講予定です。多数のご参加をお待ちしています。



## 『富貴の森公園 桜まつり』

名張市の『あれっこわい』認定制度に挑戦  
 『よくバリ青春体操』500人に挑戦しよう

日時：4月9日(日) 10:30~13:30

雨天中止

場所：富貴の森公園



イベント

『よくバリ青春体操』500人に挑戦しよう  
 オカリナ演奏/日本舞踊/フラダンス/伊賀琉真太鼓

模擬店

缶ビール/ジュース/お茶/ラーメン/焼きそば



主催：ひなち地域ゆめづくり委員会

後援：富貴ヶ丘Ⅰ期・Ⅱ期・Ⅲ期 各自治会

## 民生委員制度創設100周年

『先達の思いを胸に、よりいっそうの充実・発展に向けて』

本年、民生委員制度は創設100周年を迎えます。それぞれの時代において人々が直面するさまざまな課題に向き合い、住民に寄り添いながら、その幸せな暮らしを守るために活動してきました。

しかし、今日の急速な高齢化、世帯構造の変化、人間関係が希薄化するなか、地域においてはさまざまな課題を抱え、支援を必要とする人が増加しています。このような状況にあって私たち民生委員・児童委員は住民に一番身近な支援者として、あらゆる人が尊厳を持って地域の中で安心して暮らしてゆけるよう、そして支援を必要とする人の声に耳と心を傾け、必要な情報提供や援助を行うことで地域福祉の増進に向けて今後も取り組みます。



### ひなち地域の民生委員・児童委員及び主任児童委員

下比奈知区 . . . . . 高嶋平四郎、福澤多恵子、田中弘子  
上比奈知区 . . . . . 丸みどり  
滝之原区 . . . . . 藤原壽史  
富貴ヶ丘区 . . . . . 竹森信典、小川美紀子  
南富貴ヶ丘 . . . . . 名倉豊  
富貴ヶ丘Ⅲ期 . . . . . 秋野政雄、倉内静子  
主任児童委員 . . . . . 城内圭子（富貴ヶ丘Ⅰ期）

♡♡ こんにちは！まちの保健室です。♡♡

気温も温かくなり、からだを動かしやすい時期になってきましたね。

今、名張市内で話題の『よくバリ青春体操』って、知っていますか？

平成27年度に名賀医師会が名張市と協働で作成した体操で、内容は身体の筋力維持、向上する為のエクセサイズです。筋力の維持、向上する為に一週間に2回程度の実施が効果的です。



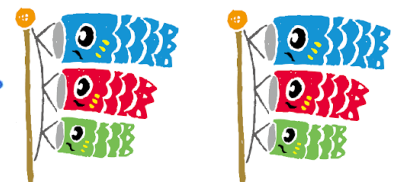
比奈知地域では『なごみ』（富貴の森公園内）で週2回『スクエアステップ』（リーダー＊石井洋子氏）の準備体操として行っています。スクエアステップはマスを歩く事で楽しみながら運動ができて、幾通りものステップを踏む事で認知症予防にもよいと言われており、注目されています。

気軽な気持ちで見学、体操してみませんか？

お問い合わせ・連絡先 比奈知地区まちの保健室 よねずみ きのひら 米住・木平 電話68-1278

## 比奈知ダムからのお知らせ

# 比奈知ダムの畔で元気に鯉のぼりが泳ぐ！



比奈知ダムでは、今年もダム展望広場やダム入り口に約60匹の鯉のぼりを設置します。設置する鯉のぼりは、地元の方からたくさん寄贈して頂き、たいへん感謝しています。

比奈知ダムで鯉のぼりが悠々と泳ぐ姿を是非ご覧下さい。



鯉のぼり設置期間：4月29日（土）～5月7日（日）