

# こんにちは



# 薦原

## 2021年7月号

### 薦原市民センター

名張市薦生 1607 Tel 63-1800

地域みんなの市民センターを目指して!

# 市民センターです

## ○『寺子屋こもはら』を開催しました

6月24日(木)午後1時15分から令和3年度第1回目の『寺子屋こもはら』を開催しました。今回は「**痛みの緩和**」と題して、理学療法士でおられる川本 猛先生をお招きし、講演をいただきました。講演は痛みの内容についての講義と予防のための体操の2部建てで、参加者も体を動かして体験しました。その後「**お口の健康**」をテーマに歯科衛生士の島岡 育代先生から、舌や頬の役割について大変わかりやすい話をお聞きし、舌をまわしたり頬を膨らませたりして体験しました。また「吹きもどし」と呼ばれる玩具を使った頬の体操も行い、子どもに返ったようでした。



## ○市民センター周辺の除草作業を行いました

6月26日(土)午前7時30分から、地域づくり委員会と薦小PTA合同で市民センターや薦小周辺の除草作業を実施しました。梅雨の真っ只中ですが幸い曇り空で日射もなく、恵まれた日和になり、100名強の参加者でほぼ予定どおりの時間で綺麗にさせていただき、作業を終了することが出来ました。ご参加を頂いた皆様大変ありがとうございました。



## ○おっちゃんの料理教室を開催しました

6月11日(金)午前10時から市民センター料理室で本年度1回目のおっちゃんの料理教室を開催しました。今回も秦先生指導の下、10名のおっちゃんがお酒の肴になりそうな簡単に出来る料理に挑戦しました。出来た料理はコロナ感染予防のためその場で試食せず、各自持ち帰っていただきました。

## ○『鮎つかみ』イベントは中止します

例年夏休みに実施しています『鮎つかみ・スイカ割り』イベントですが、コロナウイルス感染の収束が見通せず、密集や密接への感染対策が困難と考えられることから、昨年に引き続き本年も中止することといたしました。楽しみにされておられる方々には大変心苦しいですが、ご理解をお願いいたします。

## ○こもはらの情報は・・・⇒このQRコードで

こもはらの情報はこちらでも発信しています。QRコードを読み取りご覧ください。



HOMO2.LAB

# ○コモコモサポート（生活支援事業）から お知らせ！！

いままで出来たことが出来なくて困っている方を支援する事業（有償ボランティア）です。

※新規会員（利用・サポート共）を随時募集しています。（期間は令和3年8月31日まで）

作業の依頼・問い合わせなどお気軽に連絡ください

・ 薦原市民センター「コモコモサポート」係まで

電話・FAX 63-1800

## ★まちの保健室からのお知らせ★

担当 山下・小山 63-6400

・ 新型コロナウイルスのワクチン接種が始まりました。事前に予約して早めの接種を！！

・ 元気度チェックの日 7月12日(月)午後1時30分から。

・ R3年度 がん検診 申し込み締め切り 7月21日(水)

(特定健診の申し込みは10月の市民センターだよりにてご案内します。)

## ○健康麻雀教室開講の見通しは？

新型コロナウイルス感染予防のため教室の開講を延期しておりますが、いまだ状況は見通せず、苦慮しています。ワクチン接種が進み、感染の収束が見えてくるまで今しばらくお待ちください。その時にはまたご案内いたします。

## ○内堀先生の巡回講座が開催される見込みです。

昨年各地区をプチ健康講座として巡回してくれた市立病院の内堀医師が、本年度も9月頃より巡回して頂ける見込みです。案内がありましたらその際にはぜひご参加ください。

## ○なかよし広場開催お知らせ

薦原保育所 7月7日・14日・21日・28日（水） 9：45～11：00

西田原保育園 7月13日（火） 9：30～11：00

## ※サークル活動案内 7月サークル開催予定

(各サークルとも会員募集中です。随時申し込みが可能です・問い合わせは市民センターまで)

サークル名	開催日	時間	場所
鼓 会	3・10・17・24・31(土)	午前 9：30～12：30	研修室
アレンジフラワー	9(金)	午前10：00～12：00	多目的ホール
薦原ボーリング教室	18(日)	午前10：00～12：00	スーパーボール
カラオケ 教室	1・15(木)	午後 6：30～ 8：00	多目的ホール
こもはらクッキング	7(水)	午前 9：30～12：30	料理室
心琉(沖縄伝統芸能太鼓)	1・15(木)	午後 4：30～ 6：30	多目的ホール
琴・ボヌール	16(金)	午後 1：30～ 3：30	多目的ホール
絵画クラブ・つくし	24(土)	午後 1：30～ 4：00	研修室
民謡教室さくらそう	休講中	午後 8：00～10：00	西田原公民館
書 友	27(火)	午後 1：30～ 3：30	多目的ホール
詩 吟 教室	休講	午後 1：30～ 3：30	多目的ホール
フォトこもはら	15(木)	午後 1：30～ 3：00	館外撮影
オカリナすみれ	14・28(水)	午前10：00～11：30	ホール・研修

●各サークルの都合や新型コロナウイルス感染予防のため変更になる場合があります

※『こもちゃん』のお弁当は食中毒予防のため7・8月はお休みです。