

こんにちは

市民センターです



薦原

2022年9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!

○夏休み親子ハイキング実施



8月20日(土)薄曇りの中、夏休み親子ハイキング(リーダー含む13名)は、名張市のマイクロバスを利用して奈良方面へと出発しました。奈良から柳生までの旧街道の一部「滝坂の道」を山頂付近から石畳の道を奈良公園まで、木陰の中約3キロメートル歩き、春日大社前で一旦解散、各自昼食や自由行動で公園内を散策しました。参加者の多くは大仏殿にも参拝したようです。コロナ禍の中で3年ぶりの開催となりましたが全員協力しながら、安全に注意して楽しく歩くことができました。

○高齢者学級「わいわいサロン」 3年ぶりに開催

8月24日(水)13時30分から多目的ホールで3年ぶりに高齢者学級「わいわいサロン」を開催することができました。第1部は「めだかの学校」。講師の竹家重治先生から、めだか飼育の準備、飼育水、場所、エサのやり方、水温の管理、水替えのタイミングなどめだかの楽しい育て方について学びました。サロ



ン終了後、希望者にめだかをお土産としてお持ち帰りいただきました。第2部は「JOYJOYバンド」による昭和の名曲、「月の砂漠」、「花の首飾り」、「京都の恋」、「川の流れのように」、「竹田の子守歌」など12曲を演奏いただきました。参加者からは、ボーカルの方の歌唱に合わせて口ずさんだり、手拍子を打ったり、懐かしい歌に当時のことを思い起こす良い機会になったようでした。第3部、まちの保健室の小山さん山下さん指導の「棒体操」で体をほぐして、15時30分サロンを閉会しました。



○料理室消毒作業実施

8月25日、料理室の消毒作業を実施いたしました。

○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 会費年間500円）を募集中です。

（期間は令和4年9月1日から令和5年8月31日まで）。

作業の依頼・問合せ 当センター「コモコモサポート」係まで 63-1800

★まちの保健室からのお知らせ★ 担当 小山・山下(兼務) 63-6400

夏の暑さによる不調を引きずったまま秋を迎えていませんか?睡眠をしっかりとり、生活リズムを整え、適度な運動と水分補給、バランスの良い食事を心がけましょう。

- 9月26日(月)は『元気度チェックの日』です。
今月はベルトを使った内臓脂肪の測定ができます。
- 9月29日(木)はさつき台地区で、名張市立病院の内堀先生と『井戸端会議』を開催します。

○なかよし広場開催

薦原保育所 9月7・14・21日(水) 9:45~11:00
西田原保育園 9月13日(火) 9:30~11:00



※薦原の情報はこちらでも発信しています。QRコードはこちら ⇒

KOMO2.LAB

9月の行事等について

- 9月8日(木) ステージ点検・部品交換 ※多目的ホール利用できません
- 9月10日(土) 8時30分~12時30分 がん検診
- 9月16日(金) 10時から サークル会議
- 9月24日(土) 7時から サツマイモ畑草取り(環境部会)

サークル等活動案内9月予定

サークル名	開催日	時間	場所
鼓会	3・17・24(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 7:30~ 9:30	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
フォト・こもはら	15(木)	午後 1:00~ 2:00	館外
心琉(沖縄伝統芸能太鼓)	1・15(木)	午後 5:00~ 7:00	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
オカリナすみれ	14・28(水)	午前10:00~11:30	研修・多目的
書友	27(火)	午後 1:30~ 3:30	多目的ホール
薦原詩吟教室	10(土)	午後 1:30~ 3:30	研修室
フルール	14(水)	午前10:00~12:00	多目的ホール
ダンスフィットネス	15(木)	午後 2:00~ 4:00	研修室
民謡教室 桜草	10・24(土)	午後 8:00~10:00	西田原公民館
ボヌール	16(金)	午後 1:30~ 3:30	多目的ホール

- 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
- 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

※今月の『こもちゃんお弁当』は26日です。