

こんにちは 市民センターです



薦原

2023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!

○サツマイモつる植え

6月3日(土)9時から、地域の子供たちと保護者の皆さん、民生委員さんと地域づくり環境部会委員ほか20名で薦原公園前の畑にサツマイモのつる植えをしました。

今年は、なんと金時バイオ・紅はるか・紅あずまの3品種350本を2時間足らずで植えつけました。どうか秋の収穫日まで大きく育ててほしいものです。また同日、環境部会委員が市民センター前にゴーヤの棚づくりをした後、薦原各地域の安全パトロールを実施しました。



○おっちゃんの料理教室開講

6月16日(金)10時から、市民センター料理室で今年度第1回目の「おっちゃんの料理教室」を開講しました。おなじみの秦 佐知子先生のご指導により、10人のおっちゃんたちが『手打ちうどん(釜揚げ)といなり寿司作り』に挑戦しました。



○市民センター周辺草刈作業実施

6月24日(土)7時30分から、地域づくり委員、薦原小学校PTA・教職員の皆さん合同の総勢約100名で、市民センター北法面、薦原小学校敷地周囲の草刈作業を実施しました。

曇り空の蒸し暑い中、予定通り2時間余りできれいにしていただき、皆さんお疲れ様でした。ありがとうございました。

○「寺子屋こもはら」開催

6月29日(木)13時15分から薦原市民センターで今年度第1回目の「寺子屋こもはら」を開催しました。

参加者35名、第1部は名張市市民相談室消費生活相談員の高木裕美子さんによる『知って学んでダメされない消費者トラブル』と題し、様々な詐欺の事例とその対策についてお教えいただきました。

第2部は村田歯科医院の村田省三先生の『オーラルフレイルについて』、口腔衛生と清掃のポイントなどわかりやすくご講義をいただきました。



★まちの保健室からのお知らせ★

担当 小山・山下(兼務) 63-6400

○急に暑くなった日や活動の初日などは“熱中症”に特にご注意!!



・人間の体は暑い環境での運動や作業を始めてから3～4日経たないと、体温調節が上手になって来ません。このため、急に暑くなった日や久しぶりに暑い環境で活動した時には、体温調節が上手くいかず、熱中症で倒れる人が多くなっています。



※汗をかいた時には塩分の補給も忘れずに

- ・7月24日(月)午後1時30分～『元気度チェックの日』です。
今月は『体力チェック』 握力測定等を予定しています。
- ・令和5年度がん検診 9月9日(土) 詳細は別紙チラシをご覧ください。

○なかよし広場開催



薦原保育所 7月5日・12日・19日(水) 9:45～11:00
西田原保育園 7月11日(火) 9:30～11:00



KOMO2.LAB

※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 ⇒

○7月・8月の行事について

- こもはらっ子広場 7月13日(木) 9:00～12:00 市民センターホール
- 鮎つかみ 8月6日(日) 9:30～12:00 薦生河川敷にて

詳細はイベントチラシをご覧ください。

※現地での鮎の塩焼き、カレー等の食べ物はありません。

サークル活動7月予定

サークル名	開催日	時間	場所
鼓会	8・15・22・29(土)	午前 9:30～12:30	研修室
薦原ボーリング教室	16(日)	午前10:00～12:00	スーパーボール
カラオケサークル	6・20(木)	午後 7:30～ 9:30	多目的ホール
こもはらクッキング	5(水)	午前 9:30～12:30	料理室
フォトこもはら	20(木)	午後 1:00～ 2:00	館外
心琉(沖縄伝統芸能太鼓)	6・20(木)	午後 5:00～ 7:00	多目的ホール
絵画クラブ・つくし	22(土)	午後 1:30～ 4:00	研修室
オカリナすみれ	12・26(水)	午前10:00～11:30	多目的ホール
詩吟サークル	1(土)	午後 1:30～ 3:30	多目的ホール
麻雀サークル	11・25(火)	午後 1:00～ 5:00	研修室
Nサークル(ダンスフィットネ)	31(月)	午後 2:00～ 4:00	研修室
民謡教室 桜草	8・22(土)	午後 8:00～10:00	西田原公民館

●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

※『こもちゃん』のお弁当は今月と来月、お休みです。