



こんにちは 薦原市民センターです

地域みんなの市民センターを目指して！

2025年 4月号

薦原市民センター

名張市薦生 1607 Tel 63-1800

○新学期の季節です✽

今年も桜の花が咲き、新学期の季節がやって来ました。保育所、薦原小学校、北中学校のピカピカの1年生が通園・通学します。子どもは地域の宝です。皆さん暖かく見守って下さい。



○シングルライフ（一人暮らし）の集い開催

3月12日(水)、青蓮寺レクホテルにてお一人暮らしの方々の集いを開催しました。歌と楽しいトークの催しを楽しみました。今年も85歳以上のお元気な方2名をはじめ、計34名の方々の参加で楽しいひとときとなりました。



○こどもマーじゃん（麻雀）教室開講！

3月15日(土)10時から、研修室で9名の子ども達が麻雀教室に参加しました。子ども達は麻雀サークルの方々から指導を受けて楽しんでいました。子ども達からはまた開催してほしいとの声が上がっていました。



○グラウンドゴルフ大会開催

3月19日(水)の10時から、薦原公園ソフトボール場で地域づくり委員会主催の親睦グラウンドゴルフ大会を開催しました。31名の参加者で好プレーや珍プレー、ホールインワン等があり、楽しく和気あいあいで2ラウンドプレーをしました。閉会式では、優勝・準優勝やブービー賞など各賞並びに参加賞を受け取っていただきました。



★まちの保健室からのお知らせ★

新年度のスタートです。気持ちを新たにリフレッシュして過ごしていきたいものですね。春は1年のうちでも寒暖差が一番大きく、自律神経が乱れやすくなります。そのため食事や睡眠が大切です。旬の食べ物はビタミン、ミネラルなど栄養たっぷりです。菜の花、春キャベツ、筍、いちご、あさりなど季節を味わいながらしっかり栄養を取りましょう！

『元気度チェックの日』 4月28日(月) 午後1時30分～3時頃 カフェ代100円

今月は映画上映会 「うちげでいきたい」です。 協力 はしもとクリニック
理学療法士 水谷 祐哉さん

人生をより良く生きるために・・・「人生会議」について皆さんとお話しましょう。

※送迎を希望の方はまちの保健室までご相談ください。 ☎0595-63-6400



○4月の行事等について

- ギフチョウ観察・学習会 4月11日(金) 8:50～ 市民センター・ギフチョウ生息地
- 忠魂碑草刈り 4月19日(土) 9:00～
- 戦没者追悼式 4月29日(月) 10:00～ 市民センター

○なかよし広場開催

西田原保育園 4月15日(火) 9:30～11:00

薦原保育所 4月23日(水) 9:45～11:00



サークル活動 4月予定

サークル名	開催日	時間	場所
薦原ボーリング教室	20(日)	10:00～12:00	スーパーボール
カラオケサークル	14・28(月)	16:30～18:30	多目的ホール
こもはらクッキング	2(水)	10:00～13:00	料理室
フォトこもはら	17(木)	13:00～14:00	館外
心琉(沖縄創作エイサー)	3・17(木) 20(日)	16:00～19:00	多目的ホール
絵画クラブ・つくし	19(土)	13:30～16:30	研修室
オカリナすみれ	9・23(水)	10:00～11:30	多目的ホール
詩吟サークル	12(土)	13:30～15:30	多目的ホール
麻雀サークル	1・8・15・22・ 29 (火)	13:00～17:00	研修室
Nサークル(ダンスフィットネス)	3・17(木)	13:30～15:30	多目的ホール
民謡教室 桜草	15(火)	14:00～16:00	西田原公民館
ふふぶらす	開催日未定		

●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

※『こもちゃん』のお弁当は4月28日(月)です。

3月17日は、鮭弁当でした。

美味しそうですね！

