



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！

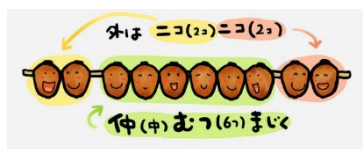
2025年 3月号

薦原市民センター

名張市薦生 1607 Tel 63-1800

○小学生竹串作り教室開催

2月15日(土) 9:30から総勢14名が参加され、鉋やカッターナイフを使って竹串約100本が完成しました。お正月のお供え用の串柿づくり教室で使用します。ご協力ありがとうございました。



○令和7年度市民センターサークル登録受付

令和7年度名張市市民センター登録サークルを募集します。また、ご希望の講座などありましたら市民センターまでご連絡下さい。

6年度登録のサークル代表者の方には、継続に必要な書類を郵送いたします。

○令和7年度のコモコモサポート会員募集

令和7年度のコモコモサポート会員募集します。

利用者・サポーター共に入会金は500円/年(R7.4.1~R8.3.31)まで。

○薦原歩こう会の参加募集

コロナ禍で活動を休止していた『薦原歩こう会』では、「世界遺産登録20周年 熊野古道・伊勢路を歩こう」を3月27日(木)に計画しております。

馬越峠(約5km 2時間30分の峠道)、尾鷲神社、熊野古道センター等をめぐる伊勢路の人気コースです。

先着20名で、参加費はお一人1,500円です。

(薦原市民センター8時出発~18時頃着(名張市のバスを利用します))

希望者は市民センターで受付いただき、行程表をお渡しいたします。

締切は3月17日(月)です。ご参加お待ちしております。



★POTLUCKPARK KOMOHARA (ポットラックパーク コモハラ) 開催

4月12日(土) 9時~12時に薦原公園で開催します。ポットラックとは、POT(鍋)とLUCK(運)語源。

今回のイベントは料理を作るのではなく、「やってみたい」「あったらいいな」を持ち込んだイベントになります。また野菜の朝市・焚火ブース、コケワークショップなど予定。

楽しい一時をすごしましょう。

◎野菜の朝市に出店頂ける方を募集しています。詳しくは市民センター迄ご連絡願います。

主催：薦原地域づくり委員会・・・詳細は別添チラシをご覧ください。

※お礼

2月号のセンターだよりで放課後子供教室(令和7年4月開講予定)に使用する書道セット一式をさつき台の杉本様からご提供頂きました。ありがとうございました。



★まちの保健室からのお知らせ★ ☎0595-63-6400

まもなく、花粉が飛散する時期がやってきます。花粉症に悩まされる方、まだ発症していない方も、疲労や睡眠不足が体調に影響して、アレルギー反応が起こりやすくなります。

日頃から、腸内環境を整える、規則正しい生活、十分な睡眠を心がけましょう。

『元気度チェックの日』 3月 17日(月) 午後1時30分～3時頃

今月は「体力チェック」です。

フレイル(体の弱り)をチェックして
体力づくりに役立てましょう！



〇3・4月の行事等について

- ギフチョウ生息地の除草作業 3月1日(土) 9時～市民センター集合、作業はギフチョウ生息地
- 第3回寺子屋こもはら 3月3日(月) 介護予防教室 音楽療法、健康体操
- 薦原地区シングルライフの集い 3月12日(水) 青蓮寺レークホテル
- こもはらっ子広場 3月13日(木) 9時～12時 市民センター(ホール)
- こどもマーじゃん(麻雀)教室 3月15日(土) 10時～12時 市民センター(研修室)
- 薦原地区親睦グラウンドゴルフ大会 3月19日(水) 9時30分受付～ 薦原公園運動場
- 薦原歩こう会 3月27日(木) 8時 市民センター集合
- こもちゃん総会 4月8日(火) 10時～ 市民センター(ホール)
- ポットラックパーク コモハラ 4月12日(土) 9時～12時 薦原公園で(雨天中止)

〇なかよし広場開催

薦原保育所 3月5・12・19日(水) 9:45～11:00
西田原保育園 3月11日(火) 9:30～11:00

サークル活動 3月予定



サークル名	開催日	時間	場所
薦原ボーリング教室	16(日)	10:00～12:00	スーパーボール
カラオケサークル	10・24(月)	16:00～18:00	多目的ホール
こもはらクッキング	5(水)	10:00～13:00	料理室
フォトこもはら	20(木)	13:00～14:00	館外
心琉(沖縄創作エイサー)	6・20(木)	16:00～19:00	多目的ホール
絵画クラブ・つくし	22(土)	13:30～16:30	研修室
オカリナすみれ	12・26(水)	10:00～11:30	多目的ホール
詩吟サークル	8(土)	13:30～15:30	多目的ホール
麻雀サークル	4・11・18・25(火)	13:00～17:00	研修室
Nサークル(ダンスフィットネス)	6・20(木)	13:30～15:30	多目的ホール
民謡教室 桜草	休講(4月再開予定)		西田原公民館
ふふぷらす	休講(4月再開予定)		

●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

※『こもちゃん』のお弁当は3月17日(月)です。

