

# 美旗市民センターだより 4月号

発行/美旗市民センター 住所/〒518-0616 名張市美旗町南西原229-3 TEL&FAX 0595-65-3007 2017(H29)年4月1日  
<http://www.emachi-nabari.jp/mihata/> Email: mihata-ko@emachi-nabari.jp FACEBOOKにて情報発信中!!

## 美旗で何か始めましょう!!

### 29年度主催講座 大募集! 「ふれあい健康麻雀教室」

麻雀で脳を活性化しませんか!

日時: 毎月第1・3金曜日午後1時~5時  
 初回: 5月19日(金)午後1時



6月2日・16日  
 7月7日・21日  
 8月4日・18日  
 9月1日・15日  
 10月6日・20日

場所: 美旗市民センター 和室  
 内容: 初心者の方には一からご指導します。  
 定員: 20名  
 参加費: 無料

定員になり次第締め切ります。



健康麻雀とは...

- \* 賭けない
- \* アルコール禁止
- \* 禁煙



頭と指先を使って、仲間と楽しくコミュニケーション  
 マナーを守って楽しくゲームをしましょう。  
 麻雀をすると前頭葉・頭頂葉・側頭葉等が活性化  
 すると科学的にも証明されています。

### 募集! 29年度主催サークル 「ゲートボールサークル」

LET'S TRY ゲートボール

日時: 第2・4月曜日 9時~12時

講師: 名張市ゲートボール協会

場所: 美波多神社横 屋根付きゲートボール場

\*ゲートボールを一度もやったことがない人、  
 大集合! 初めてのかたに優しく丁寧に  
 ご指導します。

日本で誕生したスポーツ  
 です。年齢性別のハンディ  
 なく誰でも楽しめます。  
 脳トレに最適!



日程  
 5月22日(月) 9時~12時  
 6月12日・26日  
 7月10日・24日  
 8月28日  
 9月11日・25日  
 10月16日・30日

半年だけでもOK  
 やってみませんか?



下記申し込み用紙のご希望の講座名に○をつけ、必要事項をご記入の上、切り離してご持参ください。  
 電話/FAXでのお申し込みも受け付けております。(TEL/FAX 65-3007)

講座名	ふれあい健康麻雀教室・ゲートボールサークル・桔梗の森でバードウォッチング・男の子育て孫育て教室		
お名前	「ふれあい健康麻雀教室」へお申込みのかたは、下記に○をつけてください。 経験なし ・ 経験あり		
ご住所		電話番号	

# 平成29年度 まなび体験セミナー 第1回講座 館外学習「桔梗の森でバードウォッチング」


暖かな春の陽射しの中…ゆっくりと鳥たちを観察してみませんか？  
鳥のさえずに耳を傾けながら森を歩いてココロとカラダもリフレッシュさせましょう。

日頃、よく聞こえてくる鳥の鳴き声…。どんな鳥が鳴いているのか観察してみませんか？



日時: 5月15日(月) 9:00~12:30 \*雨天5月29日(月)に順延

場所: 桔梗の森公園

講師: 日本野鳥の会 会員 田中 豊成 さん 

行程: 8:45 美旗市民センター集合、車に乗り合わせて桔梗が丘市民センターへ移動  
9:00~11:30 桔梗の森公園及び、その周辺でバードウォッチング  
11:30~12:30 桔梗が丘市民センターにてまとめ学習後、美旗市民センターにて解散

服装: 歩きやすい靴 (双眼鏡をお持ちの場合は、ご持参ください。)

募集: 20人 申込み: 平日の9時~17時に美旗市民センター(65-3007)までお申込みください。

お待ちしております。



ウォーキング気分どうぞ !!

参加費無料です。お気軽にご参加ください。この機会に野鳥を観察する楽しさを体験してみましょう。



## 第7回美旗市民大学講座 現地学習「郷土資料館と柏原城跡」

3月22日(水) 午後から50名で現地学習に出掛けました。

まず郷土資料館では人数が多かったので、郷土資料館の門田さんと市史編さん室の山口さんお二人にご説明いただきました。




美旗地域以外の遺跡や古墳などあまり知らなかったもので、琴平山古墳や塚原遺跡、下川原遺跡などを興味深く見学しました。石のやり先や鉄のカブトなど展示品も充実していました。また、サンショウウオもプールでたくさん飼育されていました。企画展示では二月堂への松明調進の展示がされていました。柏原城跡では、「決戦之地柏原城」碑が建っています。

現地のその場所に立つと、見晴らしがよく土塁も高く、決戦の地であった事が実感できました。現地学習に行くと、学んだことが自分の頭の中に映像化されて浮かんできます。これからもいろんな場所に出掛けていきたいです。



## 美旗市民センター主催事業 (4~5月)

4月 4日(火) 19:30 サークル代表者会議  
17日(月) 10:00 サークルAED講習会  
13:30 サークルAED講習会 

5月 15日(月) 8:45 まなび体験セミナー「桔梗の森でバードウォッチング」  
19日(金) 9:00 サークル清掃(草引き)  
13:00 主催講座「ふれあい健康麻雀教室」  
22日(月) 9:00 主催サークル「ゲートボールサークル」  
27日(土) 13:30 家庭教育講座「男の子育て・孫育て教室」

## 平成29年度 家庭教育講座 第1回講座は・・・



日時: 5月27日(土) 13:30~16:00

場所: 美旗市民センター 多目的ホール

講師: 抱っこマイスター 森井みき さん  
林みち子助産師・市保健師

内容: 沐浴体験や上手な抱っこの方法、育児の豆知識など

プレパパ・ママ 赤ちゃん、パパ・ママ おじいさん・おばあさん 皆様でご参加ください \*託児はありませんが 同伴可能です



育児したいけれど何をどうすれば…と思うことはないですか？誰もが簡単にできて明日から使える情報満載です！

申込み: 平日の9~17時まで美旗市民センターまでお電話ください。(当日参加もOKです。)参加費無料!!

\*平成28年度に名張市で実施した「パパとじいじのための子育て講座」と同じ内容です。

主催 名張市役所 健康・子育て支援室 美旗地区まちの保健室  
共催 美旗市民センター「家庭教育講座」 美旗地区民生委員・児童委員協議会

地域の孫育て支援に関心がある方もぜひご参加下さい