

美旗市民センターだより

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 Email: mihata-ko@emachi-nabari.jp

HP <http://www.emachi-nabari.jp/mihata/> Facebook <https://www.facebook.com/mihata.co>

学級、講座、その他のお問い合わせ・お申し込みは、平日の9時～17時に美旗市民センターまで。

2月号

名張ケンコー! マイレージ 対象事業



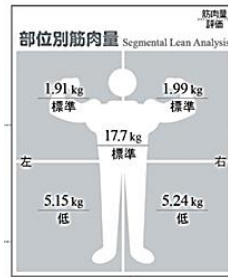
事前申込要

参加無料

まなび体験セミナー 第8回講座

「自分のカラダの状態を知ろう!!」

～InBody(インボティ)で自分の体組成成分を測ろう、
だ液でわかる簡単検査で口の中の状態を知ろう～



体を構成する基本成分は、体水分、タンパク質、ミネラル、体脂肪。

これらを測定する機器 InBody(インボティ)を使い、栄養状態に問題がないか、体がむくんでいないか、筋肉と脂肪のバランスがとれているか等、自分の体の成分バランスを確認します。また、だ液の中の血液成分の有無を検査紙を使って観察し、歯周病の可能性をみます。

日時: 3月11日(月) 10:00～12:00

場所: 美旗市民センター 多目的ホール

講師: 名張市健康・子育て支援室 保健師、歯科衛生士
美旗地区まちの保健室 職員

内容: ○インボティを使った体組成成分測定と筋トレのお話
○歯周病チェックと予防のお話

服装: 運動の出来る裸足になれる服装 募集: 30人

申込み: 美旗市民センターまで。

*当日の歯みがき・飲食は、出来るだけ2時間前までに済ませておいてください。



電気設備改修工事に伴う貸館業務停止のお知らせ

美旗市民センターでは平成31年2月7日から11日までの間、大規模な電気設備改修工事を行うこととなりました。工事期間中は、館内が停電となるため貸館業務を停止させていただきます。皆さまには大変ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願い申し上げます。



名張ケンコー! マイレージ 対象事業



第2回 家庭教育講座

「男の子育て・孫育て教室」

【日時】2月23日(土)

13:30～16:00

【場所】美旗市民センター多目的ホール

【講師】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
○防災・事故予防のお話

【申込み】美旗市民センターまで。

(当日参加もOKです。)

参加無料

*こそだてサポーター養成講座として実施しています。

受講後、シンボルグッズである「ホワイトリング」をお渡しします。



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!



お父さん・おじいさん以外
の方、美旗地区外の方も
参加できます。



ひな祭りのど自慢大会開催!!

本年度も美旗市民センター主催ひな祭りのど自慢大会を開催いたします。この大会は、昨年当センターのサウンドルームをご利用いただいたかたにご出演いただくものです。入場無料ですので皆様お気軽にご観覧下さい。

(出演該当者のかたには、事務局から既にご案内しております。)

日時 3月4日(月) 12:30 開場 13:00 開演

場所 美旗市民センター 多目的ホール

*恒例のお楽しみ抽選会もありますよ!!

入場無料



第7回 美旗市民大学講座のお知らせ

2月12日(火) 午後1時30分～3時30分

美旗市民センター多目的ホール

申込不要・入場無料

「不熟につき」—藤堂家城代家老の日記より—上映

最初に時代背景を名張郷土資料館の門田了三さんに説明いただきます。

江戸時代の伊勢伊賀の領主、藤堂家に仕える**祐筆**(*祐筆:文書・記録をつかさどる役職)の日記を基にしたNHKのドラマ。お家騒動の際に事件の真相を記録した祐筆が、城代家老の邪魔となり解雇され、家も追われる。「時代物を舞台に現代の社会、組織を投影させ、いつの時代も人間の悲喜は不変であることを描いた。佐次右衛門を演じた小林薫の好演もあって、優れた作品になっている」と放送文化基金賞を受賞した。

寒い冬、暖かいホールでドラマ観賞しませんか



美旗小学校4年の児童と
伊賀つばさ学園中学部の生徒が

当センターにプランターを設置してくれました。



1月29日(火)美旗小学校4年の児童64人が、「総合的な学習」の一環で当センターにパンジーとピオラを植えたプランターを玄関に設置してくれました。メッセージボードには、「いつも中で遊ばせてくれてありがとうございます。がんばって植えたのでぜひ見て下さい。」と書かれています。春に向かって色とりどりの花が咲くのが今からとても楽しみです。

美旗小4年の児童より



伊賀つばさ学園中学部の生徒より

1月31日(木)昨年に引き続き、伊賀つばさ学園中学部の皆さんが花のプランターを当センターに設置してくれました。これは、作業学習の中で、木工班の生徒が作ったプランターカバーに園芸班の生徒が種から育てたピオラとパンジーの苗が植えつけられたものです。駐車場後ろに11台設置されました。これから初夏まで来館者の目を楽しませてくれることでしょう。

まなび体験セミナー第7回講座

館外学習「上野森林公園でバードウォッチング」
メジロ ホオジロ シジュウカラ

1月25日(金)講師に日本野鳥の会会員 田中豊成さんをお迎えし、総勢22人で野鳥を観察してきました。観察時の注意点(①防寒対策②動きは静かに③私語はつつしむ)や双眼鏡の使い方を講師より教わり、バードウォッチングをスタートしました。ため池では、キンクロハジロ、ホシハジロにミコアイサというちょっと珍しいカモや、カワウ、アオサギを見ることが出来ました。長い間大人しく望遠鏡のレンズに収まってくれていたホオジロのつがいや、目の前をゆっくり歩いてくれていたピンズイなど、鳥たちの協力もあって、じっくりと野鳥観察をすることが出来ました。最後には、エナガの集団やコゲラにも会い、日頃は見落としがちで多くの野鳥たちを、とても身近に感じることができた観察会となりました。

「バンダ鳥」の異名をもつ「ミコアイサ」というカモがいました。

講師の田中先生は、野鳥図鑑で都度示しながら解説くださいました。



美旗市民センター主催事業 2~3月

2月	5日(火) 9:00	朝学モーニング(申込受付期間1月28日~2月1日)
	7日(木)~11日(月)	美旗市民センター電気設備改修工事に伴い貸館業務停止
	12日(火) 13:30	美旗市民大学講座「不熟につき」 —藤堂家城代家老の日記より—ドラマ上映
	23日(土) 13:30	家庭教育講座「男の子育て・孫育て教室」
3月	4日(月) 13:00	ひな祭りのど自慢大会
	5日(火) 9:00	朝学モーニング(申込受付期間2月25日~3月1日)
	11日(月) 10:00	まなび体験セミナー「自分のカラダの状態を知ろう!!」

美旗市民センター利用者アンケート調査にご協力をお願いします。

より良い市民センター運営を行うため、利用者の皆さまへのアンケートを実施しております。美旗市民センターをご利用の際は、受付のアンケート用紙にご記入の程、よろしくお願いいたします。

