

# 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

## 1月号

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。



令和三年 元旦

美旗市民センター館長 山中 功

皆様には輝かしい新年をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。  
皆様にとって良き一年となりますようご祈念申し上げます。  
平素は市民センターの諸事業にご支援・ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。  
昨年は新型コロナウイルスの影響で事業の延期や中止が余儀なくされ、皆さん方にご迷惑をおかけしたことと思ひます。  
まだまだ全国的に感染拡大が続いていますが、早いワクチンの実用化が望まれるところです。  
今年はおリンピックが開催されますが、コロナ回復後の元気な姿を日本から世界に発信してもらいたいと期待しています。  
コロナ禍に負けず職員一同力を合わせ、考えながら事業推進に頑張っていくしますので、今後共ご指導・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

あけましておめでとうございます。



### 美旗市民センター主催事業 1～2月

1月25日(月) 10:00 まなび体験セミナー「ピラティス体験講座」

<年末年始のご案内>

12月29日(火)～1月3日(日)の間を休館とさせていただきます。

※裏面に、はたっ通信あい1月号が印刷されています。

まなび体験セミナー第6回講座

名張ケンコー! マイレージ 対象事業

## 「ピラティス体験講座」参加者募集!!



ピラティスは、元々はリハビリを行うために開発されたエクササイズで正しい骨格を意識しながら体幹の筋肉を強化させ、身体の調子を整える運動です。体力に自信がない方や、高齢者の方でもご参加いただけますよ。

日時: 令和3年1月25日(月) 10:00～11:00

場所: 美旗市民センター2階 多目的ホール

講師: PILATES METHOD M. 瑞慶山 麻記子さん

内容: 初心者向けピラティス体験講座

募集: 10人 (定員になり次第終了します。) **参加費無料**

持ち物: マスク着用、汗拭きタオル、飲み物 (あればヨガマット、ピラティスボール)

\*ヨガマット・ピラティスボールは、講師よりお借りしますが持ち込みも可能です。

申込み: 1月12日(火) 8時半より受付を開始します。



## まなび体験セミナー第5回講座 「美旗でバードウォッチング」を開催!!

12月14日(月) 9時～11時半の間、日本野鳥の会会員 田中豊成さんと一緒に、美旗市民センター周辺で野鳥観察会を行いました。(20人参加) 出発前、双眼鏡の扱いについて教えていただいた後、センター駐車場よりバードウォッチングを開始しました。電線にとまっていた鳥を講師の単眼鏡で



▲図鑑で説明される田中講師



▲熱心に観察する参加者の皆さん

覗くと、糞害のニュースによく取り上げられるムクドリを観察することが出来ました。センター前の道路を渡り、田畑を抜けて小波田川に差し掛かると、イソシギやヒバリ、カワウ、キジバト、カワラヒワ等を見ることが出来ました。そして、東田原方面にむけて小波田川の堤防を歩いていくと、川の浅瀬でセグロセキレイが長い間、上下に尾を振る愛らしい姿を見せてくれました。ハヤブサ科に属する「チョウゲンボウ」と、タカ科の「ノスリ」の雄大な姿も観察することが出来、参加者の皆さんからは、「珍しい鳥を見ることが出来て楽しかった。」「身近に沢山の種類の鳥がいることを知り次から散歩が楽しみになった」などの感想が寄せられました。

