



令和3年3月6日発行

はたっこ通信 あい

3月号

発行者／地縁法人美旗まちづくり協議会 総務部
住所／〒518-0616 名張市美旗町南西原 229-3
TEL／FAX0595-65-3007（美旗市民センター内）
E-mail mihata@emachi-nabari.jp HP <http://www.emachi-nabari.jp/mihata/>
Facebook（フェイスブック→美旗まちづくり協議会）で検索してください。



3月・4月の予定

※予定は急遽変更になる場合があります。

※3月の美旗ふれあい・いきいきサロンはお休みです。

日 時	内 容	担 当
3月 6日（土）19:00	理事会	理事会
17日（水）10:00～11:30	みはたっこ（子育てサロン）	福祉部
24日（水）9:00～12:00	みはたすくすく（託児支援）	福祉部
4月 3日（土）19:00	理事会	理事会
7日（水）9:00～12:00	みはたすくすく（託児支援）	福祉部
10日（土）9:30～12:00	🍷 スプリング ウォーク 「新田水路 桜さんぽ」	地域文化 振興部
16日（金）9:30～12:00	🍷 みはた元気隊 「インボディ測定と体力測定」	健康部
21日（水）10:00～11:30	みはたっこ（子育てサロン）	福祉部
22日（木）9:00 10:00	美旗ふれあい・いきいきサロン	福祉部
26日（月）10:00～12:00	美旗ふれあい・いきいきサロン 書道	福祉部
28日（水）9:00～12:00	みはたすくすく	福祉部



地域のサロンに

サーキュレーター貸し出します

名張市健康子育て支援室より、サーキュレーターが6台支給されました。美旗地域の高齢者サロンや子育てサロンなどに貸し出しをします。

貸し出しを希望されるサロンは、美旗市民センターまでお申し込みください。

美旗市民センター TEL/65-3007



お部屋の換気にお役立てください。

【健康部】



みはた元気隊

「インボディ測定と体力測定」

令和3年度みはた元気隊、第1回目の活動は「インボディ測定と体力測定」を行ないます。インボディ測定とは、体を構成する基本成分である、体水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪を定量的に分析します。体力測定は、握力・開眼片足立ち・長座体前屈などを行う予定です。

ぜひこの機会に自分の身体を知り、健康維持にお役立てください。



日 時：4月16日（金）

①9:30 ②10:00 ③10:30

④11:00 ⑤11:30 定員：各回7名

場 所：美旗市民センター 2階 多目的ホール

服 装：インボディ測定は裸足で行いますので、靴下を着脱しやすい格好でお越しください。

申 込：3月15日（月）より受付を開始します。

平日の9:00～17:00の間にお申込みをお願いします。

定員に達し次第、受付を終了します。

☆三密を避けるため、7名ずつ5回に分けて行います。

☆マスクの着用・手指の消毒・検温にご協力をお願いします。

🍷 名張ケンコー! マイレージ 対象事業です



【申込】美旗市民センター TEL/65-3007

ノルディックウォーキングポール購入しました



健康部で、ノルディックウォーキングポール25組を購入しました。来年度の「みはた元気隊」の活動は、ノルディックウォーキングを中心に行う予定です。また、美旗地域の方に貸し出します。地域のサロンなどにご活用ください。

詳しくは美旗市民センターまでお問い合わせください。



【申込・お問合せ】美旗市民センター TEL/65-3007

【地域文化振興部】「スプリング ウォーク」

4月10日（土）[新田水路 桜さんぽ]

どなたでもご参加いただけます！ 参加費無料 水筒持参 雨天中止
 みはたメイハンランド（美波多神社横）9：30集合 12：00までに解散
 ＊新田水路は舗装されていないので、ベビーカーでのご参加はご遠慮ください。

<行程表>

みはたメイハンランド＝毘沙門塚古墳
 ＝女良塚古墳＝新田水路＝常夜燈
 ＝分水塔＝桜並木＝初瀬街道
 （新田公民館でトイレ休憩）
 ＝みはたメイハンランド着

美旗の語り部の話を
 聞きながら
 桜並木を歩きませんか？



名張ケンコー！マイレージ 対象事業です

有償ボランティア はたっこサポート

はたっこサポートとは、日常生活の通常作業が困難になってきた
 美旗在住の70歳以上の世帯の方を支援する有償ボランティアです。
 主な支援内容は、庭管理（剪定・草刈り・草引きなど）、家具の
 移動や電球交換などを行っています。申込受付は、毎週金曜日9時～12時の間に、
 はたっこサポートが行っています。お気軽にお問い合わせください。



サポーターの声：
 自分ができること
 で、少しでもお役に
 立てれば嬉しいです。



利用者の声：
 足腰が痛くて庭の管理が難し
 いので、はたっこサポートを
 利用し助かっています。

<サポーターさんも大募集>

はたっこサポートを支えてくれるサポーターさんを募集してい
 ます。女性のサポーターさんも活躍中です。少額ですが労務費を
 支給します。詳しくは、はたっこサポートまでお願いします。

【はたっこサポート】毎週金曜9時～12時 TEL/090-2139-3007



【福祉部】 サロン・託児 令和3年度の予定



子育てサロン みはたっこ

0歳～未就園児のお友達広場

時 間：10時～11時30分
 場 所：美旗市民センター



多目的ホール

4月21日	5月19日
6月16日	7月日程未定 セタ会
8月 お休み	9月15日
10月20日ミニミニ運動会	11月17日
12月 日程未定 クリスマス会	
R4.1月19日	
2月16日	3月16日

※現在新型コロナウイルス感染拡大防止のため、美旗在住の方に限らせて頂いています。

託児支援 みはたすくすく

対象：生後6か月～未就園児

時 間：9時～12時
 場 所：美旗市民センター

小会議室
 費 用：100円



受付日	託児日	
3月17日	4月7日	
4月21日	4月28日	
5月19日	5月26日	6月2日
6月16日	6月23日	7月7日
7月未定	7月28日	
9月15日	9月22日	10月6日

お家の方のちょっとした息抜きにご利用ください。
 事前登録が必要です。「みはたっこ」の時に受付けをします。



高齢者サロン 美旗ふれあい・いきいきサロン

美旗在住の65歳以上の方が対象のサロンです。
 スクエアステップ・書道は10時から、その他は9時からです。
 現在カラオケ教室は休止中です。再開時はお知らせします。

<俳句・陶芸・囲碁将棋・スクエアステップ>

4月22日	5月27日
6月24日	7月29日
9月30日 映画会	10月28日
11月25日	
R4.1月27日 新春お茶会	
2月24日	3月10日 サロン発表会

<書道>

4月26日	5月24日
6月28日	7月26日
9月27日	10月25日
11月15日	
R4.1月24日	
2月28日	3月28日

