

美旗市民センターだより

6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 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。

主催サークルのご案内

コロナ禍であまり家から出ることがなくなったアナタ！
新しい趣味を始めてみませんか？

初めての方も、是非この機会に体験してみませんか？ 楽しかったら続けてください！
体験会のあとは、自主サークルとして活動していただきます。

毎月立ち上げるサークル体験会で、やってみたいと思ったら、是非ともご参加ください。

弱らせない筋活！
始めませんか！



未来の痛みにさようなら 筋トレサークル



日時：6月30日（水）

午前9時30分～10時

毎週水曜日（毎週30分）

場所：美旗市民センター 中会議室

講師：フィットネスインストラクター 日南桃子さん

持ち物：ヨガマット（お持ちのかたのみ）

内容：
・一生衰えない筋肉づくり
・日常生活の動きの改善につながる筋トレ
・歩くだけじゃつかない筋力を鍛える

定員：10人

参加費：無料

締め切り：6/25（金）

申し込み：平日の9時～17時に

美旗市民センター（TEL/FAX 65-3007）まで。

サークルになった場合の会費
月4回1人1000円～
1500円程度（人数による）

毎週30分の筋トレ！
時短で筋力アップ
しませんか



主催サークル「刺繍サークル」開催

5月17日（月）午後1時～4時、美旗市民センター 小会議室にて、刺繍サークルを開催しました。
新型コロナウイルスまん延防止等重点措置の中でしたが、マスク・消毒・換気をし、十分に離れて8名の方が参加されました。

日本手芸普及協会講師の武政昌子さんを講師にお迎えし、刺繍の基本の基からご指導いただきました。
バックステッチやフレンチナッツなど、次々に縫っていると、3時間という時間があっという間に過ぎました。優しくわかりやすいご指導で、参加された皆さんからも「楽しかった。次回は楽しみ」というお声をいただきました。
ケーブルテレビも入り、一番緊張されていたのは武政先生かも！？



▲講師の武政さん



▲基本のステッチ

新型コロナウイルス感染症への対応についてのお知らせ

① 三重県まん延防止等重点措置対象区域の指定に伴う 貸館時間の変更について

【期限】 令和3年6月20日（日）まで

【内容】 施設の利用時間は、原則20時までとします。

但し、利用状況等を考慮し、感染リスクが高いと判断した場合は、休止や利用不可とする場合や20時以前に閉館する場合があります。

② 市民センター玄関に名張市より提供された「非接触検知器」を設置しました。

来館時の検温とアルコール消毒にご協力ください。



① 手首をこの部分にかざし、
検温してください。

② 両手を近づけてください。
アルコールが噴霧します。

検温と
手指のアルコール消毒に
ご協力ください。



まなび体験セミナー第1回講座 「三線体験講座」開催

5月23日と30日の日曜日の午後2時から～4時まで、初心者向け三線体験講座が開催されました。(16人)

梅雨とは思えない爽やかな5月の日に、当館の多目的ホールでは沖縄の風が吹いていました。絃の呼び方は、男絃(うーぢる)女絃(みーぢる)や、チューニングのことを(ちんだみ)など沖縄言葉が飛び交う中で、三線の持ち方と姿勢や、爪での弾き方をしっかり習いました。エエ四(くんくんしー)と呼ばれる楽譜をもとに『かえるの合唱』を弾いてみました。

絃を押さえるのに一生懸命になると、つい前のめりな姿勢になったり、爪での絃の押さえ方がうまくいかず、音がぶれたりしました。何度か練習していると、皆さん初めてとは思えないほど上手に弾けるようになりました(^_^)



サークル友の会による清掃活動実施

5月14日(金)当センターの登録サークルで構成されている美旗市民センターサークル友の会による館外清掃が実施されました。

(13サークル33人参加)
駐車場の植え込みの間の草を丁寧にひいていただき、ピンクのサツキの花がとても映えるようになりました。ご参加の皆さま、どうもありがとうございました。



美旗小学校3年生が施設見学に来館



5月24日(月)美旗小学校3年生が施設見学に来館してくれました。

市民センターではどんなお部屋があって、どんなことをしているのか?と興味津々で館内を見学しました。展示室では、古墳や家形埴輪を見て、「古墳って鍵穴の形やで」「はにわ知ってる」などと楽しく見学しました。馬塚古墳の航空写真は、「ドローンで撮ったん!」と言うのを聞くと時代の流れを感じました。

まちの保健室や青色回転灯パトロールの車を見て、いろんな仕事やボランティアのこと、生涯学習の場であることを学んでくれたようです。



中会議室をご利用のかたへ

中会議室床清掃用モップのクリーナーをホワイトボード前に設置しております。モップを使われた後は、必ずクリーナーを使ってモップのゴミを吸っていただきますようお願いいたします。(本体のスイッチをオンにしてから、ノズルを使ってモップのゴミを吸引するか、本体の一番下の吸い込み口にごみを運んで吸わせて下さい。)



▲モップのゴミを吸ってください。

美旗市民センター主催事業 6月

| | | | |
|----|--------|-------|--------------------------------|
| 6月 | 9日(水) | 10:00 | 主催「漢字脳トレサークル」 |
| | 12日(土) | 18:30 | まなび体験セミナー 「ダイナマイトで体を動かそう!!」 |



三重県まん延防止等重点措置の延長に基づき、まなび体験セミナー「ダイナマイトで体を動かそう」の開始時間が1時間繰り上がりました。お申し込みのかたは、お間違えの無いよう宜しくお願いいたします。

| | | |
|--------|-------|---------------|
| 14日(月) | 10:00 | 主催「ソーイングサークル」 |
| 21日(月) | 13:00 | 主催「刺繍サークル」 |
| 30日(水) | 9:30 | 主催「筋トレサークル」 |

