

まち保
だより**11月22日「インボディ・血管年齢」測定会**

春と秋の年2回開催されていますが、あいにくの雨の中でも過去最高の参加者数でした。

測定結果用紙の数値に一喜一憂し、多くの方がまわりの初対面の方とも楽しく会話していました。測定結果も大切なのですが、おいしいキャラメル㊟（当日プレゼント）を食べて楽しく会話することが何よりの心の健康になったと思います。

地区担当保健師に春の測定結果と比べての数値の変化や、食事に気を付ける事の説明を受け、現在の健康状態や食生活の質問もありました。

「今の自分の体」を知るよい機会になったと思います。

初めての方も、是非、来春に参加して下さいませ。

**お問い合わせ**

箕曲まちの保健室 ☎63-1073



**11月17日(月)特定検診・後期検診が
箕曲市民センターで受けられます！** (←12月23日に結果説明があります)

参加無料！
予約不要！**12月のもも太郎サロン**

お菓子、楽しいイベントを
用意して待っています！
ゆったり・まったりおしゃべり
しましょう♪

夏見サロン

夏見公民館

12月25日 木

13:30 ▶ 15:00

「音楽療法」

赤坂サロン

赤坂集会所

12月11日 木

14:00 ▶ 15:30

「e-スポーツ」

瀬古口サロン

瀬古口公民館

12月10日 水

13:30 ▶ 15:00

「花サロン合同開催
年末年始に向けた寄せ植え」**中村サロン**

中村公民館

12月お休み**▼随時会員募集中!サークル紹介**

サークル名	開催日時	募集
健康体操いちぴち	第2・4㊟ 10:00 ~ 11:30	○
箕曲ピンポンクラブ	毎週 ㊟・㊟ 13:00 ~ 16:00	○
箕曲水墨画教室	第4㊟ 13:00 ~ 15:00	○
パドマ会(やさしいヨガ)	毎週 ㊟ 19:30 ~ 21:00	○
絆卓球クラブ	毎週 ㊟ 9:00 ~ 12:00	○
箕曲生け花教室	第1・3㊟ 13:30 ~ 15:00	○
箕曲コーラスラ・ペスカ	毎週 ㊟ 20:30 ~ 21:30	○
はだしエクササイズ	毎週 ㊟ 10:30 ~ 11:30	○
ギターサークル夢弦	第2・4㊟ 19:00 ~ 21:00	○
自彊術みのわ	毎週 ㊟ 10:00 ~ 12:00	○
健康太極拳	第2・4㊟ 10:30 ~ 11:30	○
スクエアステップはつらつ	第1・3㊟ 13:30 ~ 15:00	○
夏見フラワーアレンジメント	第2㊟ 13:00 ~ 15:00	○
撫子クラブ(フリーピンポン)	第2・3・4㊟ 9:30 ~ 11:30	○

サークル名	開催日時	募集
己書幸座	第3㊟ 13:30 ~ 15:30	○
卓楽会	毎週 ㊟・㊟ 18:00 ~ 22:00	○

▼11月のセンター主催学級・講座

主催講座	開催日時
ももちゃん広場	12/9・23 ㊟ 10:00 ~ 11:30
健康麻雀教室	12/9・23 ㊟ 13:00 ~ 16:00
スマホなんでも相談室	12/12 ㊟ 10:00 ~ 11:00
編み物教室	12/15 ㊟ 13:30 ~ 15:30
女性のための整体ストレッチ	12/16 ㊟ 10:30 ~ 11:30
ハンドメイド教室	12/16 ㊟ 13:30 ~ 15:30

12月6~7日箕曲文化祭開催！詳しくは裏面で

箕曲市民センター

☎0595-63-0453

(平日9時~17時) 夏見215番地

minowa-ko@emachi-nabari.jp



みのわ文化祭

みんなで箕曲小 150 周年を
お祝いしよう!

12.6 9:00 ~ 7 9:00
16:00 15:00

6 日 AM
記念式典後

箕曲小学校
150 周年
記念品贈呈!

箕曲小学校創立 150 周年

6 日

9:00 ~ 16:00

箕曲小学校創立 150 周年式典

10:00 ~ 12:00



1. オープニング

みのわこども園太鼓演奏

2. 実行委員長・来賓あいさつ

3. 事業報告・記念品贈呈

4. 郷土の偉人

「高北新治郎物語」芝居語り

5. 特別編集

「～はじまりから未来へ～

箕曲小の歩み」上映

6. 音楽コンサート

- ・箕曲小学校 5、6 年生合唱
- ・箕曲コーラス La Pesca
- ・赤目中学校吹奏楽部演奏

7. 学校長謝辞

舞台発表 13:00 ~

NSSI8 バンド / 健康体操

ぴいちぴち / 宝輝会 / 名張桔梗剣舞の会

レイククイ / ギターサークル夢弦

みのわ × ダンススクール / 獅子舞 (瀬古口)

6 日 PM

箕小 PTA
学校田栽培米
みのびかり販売!!



7 日

9:00 ~ 15:00

e-スポーツ大会 9:00 ~

(株)ネクスト・ワン



ぷよぷよ

太鼓の達人

子ども～お年寄りまで!
みんなで楽しめる!

わくわく★ワークショップ 9:00 ~

- ・ペットボトルづくり (隠 夏見ひめぼたるプロジェクト)
- ・多肉植物よせうえ (井上植物園)
- ・己書 (己書おまみ道場)
- ・ビーズ DE こものづくり
- ・松ぼっくりのツリーづくり (箕曲小図書ボランティアすももクラブ)

特別制作
すももクラブの
フोटospott
も展示します!

ヘルス&ビューティー 9:00 ~

- ・体成分分析装置 InBody
- ・セルフエステ体験 (Re:QREATOR)
- ・ハンド & ネイルケア (福祉ネイリスト 仲えりかさん)

作品展示 サークル / 市民センター主催講座 / 地域の方の作品 / 箕曲児童の作品

(6・7 日終日) つまみ細工まりいな (一般社団法人つまみ細工アート幾何学協会)

飲食コーナー Cafe Lapesca / 御結び / パンごっこ

MINOWA
FESTIVAL

※内容は予告なく変更になる場合がございます。

主催:箕曲地域づくり委員会 【問】箕曲市民センター 0595-63-0453 (平日 9 時 ~ 17 時)