

1面 …… センターまつり御礼  
 1、2面 …… 主催学級のお知らせ  
 2面 …… 10月度の主催学級報告  
 3面 …… 町づくりニュース  
 4面 …… 民生だより  
 4面 …… 月間行事予定表  
 4面 …… その他のお知らせ



すずらん台の人口:10月1日現在 人口3,729人(3,765人)  
 男1,840(1,853人)女1,889人(1,912人)  
 世帯数1,512(1,510世帯) ※( )内は前年同月の人口

2015年(平成27年)11月発行:すずらん台市民センター 名張市すずらん台東3番町220Tel.68-1007

✉suzuran-ko@emachi-nabari.jp HPhttp://www.emachi-nabari.jp/suzuran/kouminkan/

★★お問合せ、学級・講座へのお申し込みはすべて市民センター(☎68-1007)へ★★

## 第17回 すずらん台市民センターまつり ご来場・ご協力御礼



10月11日(日)開催されました第17回すずらん台市民センターまつり「笑顔でつど  
うセンター」には多くの住民の皆様にご来場いただきありがとうございました。

今回とうとう雨天の中の開催になるかと覚悟しましたが、本当に奇跡的に雨は降らず無事屋外ステ  
ージで開会式を迎えることができました。途中少し降った場面もありましたが、すべての予定を実施でき、  
推定850名もの方にご参加いただき、無事終了いたしました。市民センターの活動発表の場、地域の文  
化祭としてセンターまつりをお楽しみいただけたのではと思います。

開催にあたり、日頃の活動の成果を発表していただいた各サークルの皆様、お忙しい中、準備の段階  
からお手伝いいただき、模擬店や各種イベントを行ってくださった自治会やボランティア団体、諸団体の  
皆様、一般作品を展示いただいた住民の皆様はこの場を借りてお礼申し上げます。

市民センターまつり実行委員会 実行委員長 濱川 恵吾  
 すずらん台市民センター 館長 山田 綱夫  
 センターまつり実行委員一同

11月度健康講座  
 『ニュースポーツを楽しもう!!』

主催学級のお知らせ  
 お申込みは市民センター68-1007へ!

日時 11月18日(水)10:00~12:00頃  
 場所 市民センター 大ホール 参加費 無料  
 講師 名張ニュースポーツ協会 南田 耕一様  
 持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装で  
 申込み 11月9日(月)8:30より受付(Tel.68-1007)  
 締切り 11月17日(火)※当日の飛び入り参加もOKです!

☆スポーツの秋です!ニュースポーツで汗を流しましよ  
う!名張ニュースポーツ協会の南田さんガールなど  
を教えてくださいますので、お気軽にご参加ください。体  
験するニュースポーツはこちら←←

① バッグー:約15cm角のビーンバッグ  
を、傾斜したボードに向かってアンダー  
スローで投げ、得点を競うゲームです。



② ラダーゲッター:

両端にポールがついたヒモをラダー  
(はしご)に向かって投げ、上手に引  
掛けるスポーツ。簡単そうに見えま  
すが、目で距離を測り、適度な力  
で投げるのは意外に難しい!!

③ シヤフルボード:2チームで得点を競  
うスポーツ。点数の書かれたマットの  
上で190cmのキユーを使ってディスクを  
押し出し、どちらがより高い点数が  
書かれた場所にディスクを止めるこ  
とができるか勝負します。カーリング  
に近い感覚です。



12月度  
カルチャーすずらん 『こんにやく作り』



日時 12月25日(金) 10:00 ~ 12:00  
場所 市民センター クッキングルーム お世話人 菊池 喜代枝様 他  
定員 22名 材料費 400円程度  
持ち物 かつぼう着又はエプロン、ゴム手袋(厚手)、三角巾、ポリ袋2~3枚(持ち帰り用)、圧力鍋(お持ちでない方は申し出てください)  
申込み 11月17日(火) 8:30より受付 ※定員になり次第締め切ります。  
※年末恒例となったこんにやく作り。おいしいと好評で毎回すぐに満員になりますので、お申し込みはお早めに。水につけておくこと保存ができ、お正月もいただくことができます。

1月度  
カルチャーすずらん 『味噌作り』

日時 H28年1月28日(木) 10:00 ~ と 13:30

(午前と午後の2回制)

場所 市民センター クッキングルーム 定員 15名  
お世話人 菊池様、飛渡様、小栗様  
材料費 3000円(5kgの場合)程度  
※大豆引渡し時にお支払いください。  
※H27年1月5日(火)以降のキャンセル、変更はできません。  
準備物 エプロン、ふきん、三角巾、ラップ、ポテトマッシャー、空のペットボトル2~3本、直径36cm位の鍋又は圧力鍋、粗塩、酒粕、保存容器 他  
※大豆は事前にお渡しし、前日までにご家庭で煮て当日持参していただきます。  
申込み 11月17日(火) 8:30より受付



※日程、材料費は大豆の作柄により変更の可能性があります。作る味噌は5kg(10kg)程度。  
※無農薬の大豆と自然発酵の麹で、機械を使わず手作りします。  
※先着順で、定員になり次第締め切らせていただきます。詳細は、参加者にご連絡します。

※こんにやく作り、味噌作りとも、材料の作柄により、変更または中止になる可能性があります。その場合は申込者に個別にご連絡いたします。

10月度の主催学級報告

『男の料理教室』

後半追加募集のお知らせ

日時 ④回目 12月10日(木) ⑥回目 H28 1月14日(木)  
⑥回目 2月11日 or 18日(木)  
※時間はすべて10:00 ~ 13:00頃  
場所 市民センター クッキングルーム  
講師 名張市食生活改善推進委員会のみなさん  
定員 16名 参加費 600円程度  
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具 申込み 随時  
☆男性を対象にした料理教室で、料理が得意な人もそうでない人もワイワイ楽しく作っています。前半参加いただいた方は継続とさせていただきますので、申し込みは不要です。引き続きお待ちしています。  
初めての参加も大歓迎。ご応募お待ちしております。  
12月度のメニュー：秋の味覚！芋煮会と餅つき  
※以降のメニューはみんなで相談して決めます。



カルチャーすずらん

10月16日(金)

★続・美文字くらぶ

昨年度、楷書を丁寧を書くをテーマに実施し、好評だった美文字くらぶ。継続という形で少しステップアップした講座を今年度も6回連続講座で開催することになりました。

新たに参加の方も加え、楷書と行書の初歩も学ぶ予定です。講師は引き続き結城 緑先生にお願いしました。

一回目の今回は先生から行書と楷書の違いについて講義を受けた後、実際に練習をしました。同じ文章をそれぞれ楷書、行書で書いてみましたが、それぞれ難しく、特に行書では、次の一面につなげることを常に意識して書くことが重要だそうです。練習したものを先生に添削していただきました。次回は11月20日(金)です。お疲れ様でした。



主催学級

◆映画上映会

10月30日(金)

10月の主催学級は『くちびるに歌を』という映画作品を鑑賞しました。深く傷ついた主人公の音楽教師が、生徒と次第に向き合えるようになり立ち直っていく姿が感動的に描かれていました。最後のエンドロールで「手紙」拝啓 十五の君へ」が流れましたが、誰も席を立たず、皆さん最後まで聞いておられたのが印象的でした。今回は午前と西集会所で、午後から市民センターで上映しました。昨年度西集会所で開催した際、参加者の方より壁に直接投影してはどうかとご提案いただき、今回集会所の壁に直接投影してみました。スクリーンを持ち込んで映すより大きく鮮明に映って見やすくなりました。次回の映画上映会は2月の予定です。どうぞお気軽にご参加ください。

夜間の外出、運転 気をつけて！！

11月に入り、一気に日が暮れるのが早くなりました。また、すずらん台内では10月に暗くなってからの交通事故が相次ぎました。

夕方、夜間のウォーキングでは、

- ・反射材の付いたタスキや靴、明るい色の衣服を着用する
  - ・交差点では左右確認し、無理な横断、ななめ横断は避ける
- 車の運転では

- ・早めにヘッドライトを点灯する
  - ・十分な前方・左右確認、徐行運転
- 2 — 等の点を心がけるようにしましょう。





町づくり  
ニュース  
平成27年  
11月号

平成27年度 名張市総合防災訓練  
市民総ぐるみの防災訓練  
参加のお知らせ

総合的な防災力を発揮するため、すずらん台自主防災隊・町づくり協議会・各区自治会、行政、関係機関を含めた相互の連携強化を図ることを目的に実施します。  
☆訓練参加日時  
平成27年11月8日(日)  
午前9時～12時

☆訓練内容  
当日午前9時15分南海トラフを震源とする巨大地震発生、震度6強を観測するとの想定で実施します。  
1)各区住民の一時避難地までの避難  
2)検証  
\*当日は小雨決行します。特異天候(大雨時)の場合は中止とし、広報車にて地域内に連絡します。  
\*訓練詳細については、各自治会からの訓練案内で確認してください。



議会報告会のお知らせ

左記の日程で議会報告会が開催されます。住民の皆様のご参加をお待ちしています。  
日時 11月22日(日)  
19:00～20:30

場所 すずらん台市民センター  
※詳細については回覧中のチラシをご覧ください。

安全防犯部会より

青色防犯パトロール  
講習会開催について  
広報車によるパトロール活動が、不審者・車等の早期発見に繋がり、事故の未然防止に抑止効果を発揮しています。  
本年も、次のとおり講習会を開催します。

開催日時 11月21日(土)10:00～  
会場 市民センター 大ホール  
※平成25年講習受講者から資格者証が3年有効になったことにより、今回は、新規受講者のみの講習会となります。

環境設備部会より

秋の一斉地区清掃の御礼  
10月18日(日)に実施いたしました一斉地区清掃には、各区

多数の住民の方の参加をいただきました。紙面を借りまして御礼申し上げます。

スポーツグラウンド  
清掃について

7号公園(スポーツグラウンド)清掃を左記のとおり行います。ご参加の程お願いいたします。  
日時 11月15日(日)9:00～  
※雨天の場合、11月22日(日)に延期します。

街路樹の落ち葉拾いについて

今年も幹線路の落ち葉掃きを実施いたします。皆様のご参加、ご協力をお願いいたします。  
実施日時 12月8日(火)9:00～  
★雨天の場合は中止  
実施場所 団地入口から市民センターまでの幹線沿い  
集合場所 一区と二区の方→  
西3の理容「ハマダ」前  
三区と四区の方→  
市民センター前  
※竹ぼうき又は熊手等をお持ちの方はご持参ください。



すずらん台 はつらつ♪元氣隊  
からのお知らせ

◎はつらつ♪らん\*らん\*健康教室  
11月12日(木)pm 2時～3時30分  
市民センターにて  
椅子やボールを使った体操や、今話題の足腰の若返り効果絶大の「忍にん体操」もしますよ!  
持ち物 飲み物、タオル

◎はつらつ♪ルディックウォーキング  
11月26日(木)  
比奈知ダム周辺(約7km)をウォーキングします。紅葉はどこかな? 詳細は同時配布のチラシをご覧ください。



すずらん台地区社会福祉協議会よりお知らせ  
◎第2回『あなたならどうする?認知症?』  
11月9日(月)10時～11時30分  
「認知症かな?」  
市民センターにて行います。ところもためになる話です。聞かないと損ですよ。  
お問合わせは...  
すずらん台まちの保健室  
(☎)68-5700(入)



犬のフンは 最近、市民センターの周辺に犬のフンを放置して帰られる方がおられます。市民センターはみんなが使う施設です。責任を持って後始末しましょう!!

〜名張版ネウボラとは?〜

10月22日(木)、すずらん台の子育てサークル『ちびっこクラブ』に東京都杉並区の議員視察がありました。議員12名が訪問され、遊んでいる子供たちの様子などを見て質問をされました。名張版ネウボラが全国ニュースに取り上げられて以降、名張市にはたくさんの方の視察が来ています。ネウボラとは、フィンランドの子育て支援のことです。名張市でも妊娠から出産、子育てまで切れ目のない支援をめざしています。



ちびっこクラブは現在15組の未就園児の親子が登録されており、毎月第2第4木曜に東集会所で毎回10組ほどの参加があり活動しています。育児の悩みや日常生活の情報交換の場として地域のなくてはならない広場です。この日も日頃忙しいお母さんにちよつと息抜きをしてもらおうと、かわいいハロウィン模様のアイシングクッキーの教室を開催し、出来上がった時のお母さんの笑顔が素敵でした。皆さんもぜひ一度のぞいてみてください。未就園児を持つ親子はもちろん、地域のおいしいちゃんおばあちゃんもかわいい笑顔を見に来てください。たくさんの方のパワーやエネルギーをいただきたいと思いますよ!

今月のセンター行事およびサークル活動(平成27年11月5日~平成27年12月10日)  
※ 都合により日程変更する場合があります

月日	日曜日	昼間	夜間
平成27年	5 木	広報配布 健康体操クラブ アートフレンド	
	6 金	なかよし広場 パソコン友遊	
	7 土	夢クラブ(英語教室) 俳句の会 歌謡教室 夢クラブ	町協役員会
	8 日	名張市防災訓練	四区自治会
	9 月	まちの保健室(認知症講座) 書道の会 にこにこクッキング	
	10 火	IT講習 ひだまり準備 エアロビクス パソコン友遊	つぼみの会
	11 水	ひだまり配食 大正琴	
	12 木	町づくり協議会 太極拳 はつらつらん*らん健康教室 まちの保健室	ボランテニア連絡会(ロビー使用)
	13 金	主催学級『クリスマスケーキ作り』 パソコン友遊	
	14 土	カトレア 吟詠会 囲碁将棋クラブ	
	15 日	休館日	
	16 月	まちの保健室 パソコン友遊 大正琴 水墨画 民謡サークル	
17 火	IT講習 名張市 ひだまり準備 エアロビクス パソコン友遊 絵画教室		
18 水	健康講座『ニューススポーツ体験』 ひだまり配食 パソコン友遊	きずな公園委員会	
19 木	パソコン友遊 健康体操クラブ ホビー学習会 アートフレンド		
20 金	続・美文字くらぶ② パソコン友遊		
11月	21 土	青パト講習会 町協総務会 歌謡教室 囲碁将棋クラブ	
	22 日	町協環境設備部会 町協安全防犯部会	町協(議会報告会) ヘルプーケ
	23 月	ひだまり運営委員会 鶴乃会 少年野球	
	24 火	ひだまり準備 エアロビクス パソコン友遊 絵画教室	
	25 水	ひだまり食事会・配食 大正琴	つぼみの会
	26 木	太極拳 名張市	
	27 金	パソコン友遊	民謡サークル
	28 土	カトレア 足立淑絵後援会 吟詠会 囲碁将棋クラブ	
	29 日	町協(ワールドカフェ)	
	30 月	まちの保健室 食改すずらん	
平成27年	1 火	IT講習 ひだまり準備 エアロビクス パソコン友遊 絵画教室	
	2 水	パソコン友遊 ひだまり配食 絵手紙	
	3 木	健康体操クラブ アートフレンド	
	4 金	なかよし広場	
	5 土	児童クラブパレット 俳句の会 歌謡教室 夢クラブ 囲碁将棋クラブ	町協役員会
	6 日		四区自治会
12月	7 月	広報配布 パソコン友遊 水墨画 にこにこクッキング	
	8 火	ひだまり準備 エアロビクス パソコン友遊	
	9 水	ひだまり配食 大正琴	つぼみの会
	10 木	男の料理教室④ 太極拳 はつらつらん*らん健康教室 まちの保健室	

町協...すずらん台町づくり協議会

なかよし広場のお知らせ

12月の開催日 12月4日(金)10:00~11:30

市民センター和室にて

12月はクリスマスグッズを作ります。お楽しみに!

