



8月 すずらん台

市民センターだより

(すずらん台町づくりニュース)

8月号

- 1面… 市民センターまつりについて
- 1、2面 主催学級のお知らせ
- 2面… 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… 月間予定表

すずらん台の人口:7月1日現在 人口 3,681人(3,731人)
 男 1,828(1,837人)女 1,853人(1,894人)
 世帯数 1,545(1,535世帯) ※()内は前年同月の人口

第20回 すずらん台 市民センターまつりについて

テーマ 「設立20周年 すずらん」
とき 平成30年10月14日(日)
ところ すずらん台市民センター、
 サロンきずな、教育会館みなくる

※右記のとおりセンターまつり説明会を開催いたします。参加団体・サークル代表者様は必ずご出席くださいますようお願いいたします。↗



センターまつり説明会のお知らせ
 日時:平成30年9月1日(土)
 10:00~12:00
 場所:市民センター 大ホール

一般展示作品募集!

一般展示作品募集についてのご案内を別途回覧しました。皆様のご応募お待ちしております。
 ・先着30点(9月7日(金)締切り)

主催:すずらん台町づくり協議会
 センターまつり実行委員会
 すずらん台市民センター



お電話でお申し込みの場合は、下記を参考にしてください。

- ①ピンク ②紫
- ③白 ④黄
- ⑤赤(うす黄背景) ⑥赤(黒背景)

※上記はいずれもバラの花の色です。
 ※電話でお申し込み後、締切りまでにサンプルをご覧になり、色を決めていただいてもOK!

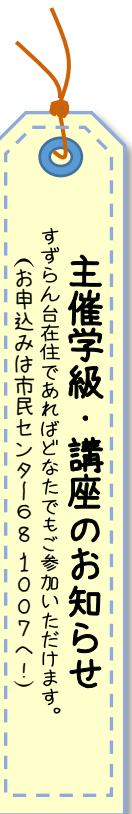
※作品は市民センターまつりへの展示にご協力をお願いします。(ご協力いただけない場合はキャンセル待ちをお願いする場合があります)

実際に見ていただくと作品の立体感がわかります!



★9月のカルチャーすずらんは彫紙アートに挑戦です。色画用紙を数枚重ねて、カッターナイフで切り抜くことで切り絵とはまた違った奥行きのある作品に仕上がります。講師は伊賀市を中心に活動されている堀幹子先生にお越しいただき、バラをモチーフにした作品を作成します。作品の色は選んでいただけます。サンプルを窓口に展示していますのでご希望の色をお申し込みください。

9月度カルチャーすずらん
彫紙アート体験講座
 日時 **9月27日(木) 13:00~16:00頃**
 場所 市民センター アトリエ
 講師 彫紙アート作家 堀 幹子 先生
 参加費 1300円 定員 16名
 持ち物 眼鏡など(必要な方)
 申込み 8月16日(木)8:30より受付
 締切り 8月31日(金)※定員になり次第締め切ります。



すずらん台在住であればどなたでもご参加いただけます。
 (お申込みは市民センター68-10007へ)

8月度主催学級 映画上映会

「サバイバルファミリー」

日時 **8月29日(水)** 10:00~12:00頃

場所 市民センター 大ホール **参加費 無料**

申込み **不要** 持ち物 **羽織るもの(冷房が苦手な方)**

作品の紹介：原因不明の電気消滅によって廃墟寸前となった東京から脱出した一家の奮闘をコミカルに描いたサバイバルドラマ。東京で暮らすごく平凡な一家、鈴木家。当たり前のように電化製品に囲まれた生活を送っていたある日、電気を必要とするあらゆるものがなぜか使えなくなり、東京は大混乱に陥ってしまう。鈴木家の亭主関白な父・義之は、家族を連れて東京を脱出することを決意するが…。 **監督** 矢口史靖 **出演** 小日向文世、深津絵里、泉澤祐希、葵わかな 他

☆見やすいコメディタッチの作品です。すので子供さんの参加も大歓迎です。☆もし電気が使えなくなったら…防災の日を前に少しだけ考えていただけたらと思います。



9月度主催学級

音楽工房さんと一緒に歌いましょう♪

日時 **9月14日(金)** 10:00~11:00頃

場所 市民センター 大ホール

参加費 **無料** 申込み **不要**

☆恒例になってきている音楽工房さんとの歌の会を今年も開催します。回を重ねるごとに参加者が増える人気の講座です。先生の生演奏に合わせて大きな声で歌うと、ストレス発散、スッキリしますよ!!皆さんのご参加お待ちしております。



申し込み不要ですので、お気軽にご参加ください♡

市民センター主催 H30 年度下期 IT講習会 受講生募集のお知らせ~クロスワードパズル等を作ろう~

下期も午後開催します。ぜひこの機会にご参加ください!内容は…パソコンの基礎操作を使って、オリジナルのクロスワードパズルやチラシ、年賀状等を作ります。初心者の方でも安心して受講いただけます。



受講資格 受講はノートパソコンを持込みできる方に限らせていただきます。

・パソコンのOSが windows ビスタ以前の方は受講できません。(平成 29 年 4 月でサービス終了のため)

受講期間 平成 30 年 10 月~平成 31 年 3 月(6ヶ月間)

日時 毎月第1・3火曜日 13:30~16:00 **★初回開催日 10 月 2 日(火)**

内容 基本操作を使ってのクロスワードパズル等の作成 **場所** すずらん台市民センター ミーティングルーム

講師 西村 ひろみさん 廣谷 真由美さん

募集人数 5 名(再受講の方も参加 OK です!)

参加費用 無料※但し教材費として初回到1000円頂きます

申込み 8 月 23 日(木)8:30 より受付開始

締め切り 9 月 14 日(金) **※申込み人数が少数の場合は実施を見合わせていただく場合があります。ご了承ください。**

●男の料理教室②回目

7月12日(木)

地震・台風・豪雨・真夏日 皆の故郷の被害を心配しながらの、今年 2 回目の料理教室でした。今回のメニューは

- ① 大好評の冷やし中華!
- ② 三重県の郷土調理☆手こね寿司
- ③ 赤青しそ(セージ)ジュースのゼリー

※今回もデザート付きです。まず、ゼリーを作り冷蔵庫へ。次に、手こね寿司のカツオの漬けと、冷やし中華用に丁寧モヤシのひげ根取り、焼き豚、野菜をカットで準備万端!段取りが良すぎて 30 分程早めの昼食になりました。勿論おいしかったですよ!

食後、ゼリーに各自でホイップクリームを絞り、デザートのできあがり!!夏バテ・健康増進に皆様も庭先のしそをジュースにしませんか!

次回は 9 月 13 日(木)になります。次は何を作るか? 8 月は休みで少しホッとするやら!です。主婦の皆様毎日の食事ありがとうございます。

●主催学級

7月13日(金)

市民センターの主催学級として初の試みで、美旗の「堤側庵」で組みひもづくりを体験した後、同じく美旗の「ぐみカフェ」でランチをいただきました。組みひもは専用の台を貸していただき編んでいきますが、最初はなかなか難産でした。先生の説明だけでは「ア??」で、個別に指導してもらったり、お隣同士教えあったり、慣れるとリズムよく編めてきました。最後は先生にストラップにしてくださいました。成です!



組みひもの台。江戸組みひもの流れを組んでいるそうです。

●カルチャーすずらん 陶芸教室②回目

7月23日(月)



その後のランチでは組みひもの感想を言い合ったり、にぎやかに過ごしました。たまにはこんな学級もいいかな? 作品は市民センターまつりで展示させていただきます。お楽しみに!

今回は、6 月に成形して先生に素焼きをしていただいた作品に、絵付けと釉薬かけをおこないました。サンドペーパーをかけて滑らかに仕上げ、皆さん思い思いの絵付けをし、埃をしっかりとらしてから釉薬をつけました。形によつては釉薬をつけにくい作品もあり、神経を集中して作業されていました。この後、もう一度先生に持ち帰って本焼きをしていただきます。作品は 10 月 14 日の市民センターまつりに展示させていただきます。お楽しみに!



**なかよし広場の
開催日**

9月 9月7日(金)

★9月は身体計測を行います。

場所 **すずらん台市民センター 和室**

時間 **10:00～11:30**



なかよし広場は、就学・就園前のこどもさんと保護者の広場です。気軽にのぞきにきてください。

サークル代表者の皆さまへ

各サークルのメールボックスに市民センターまつり関連の書類を入れさせていただきましたので、ご確認いただき、期日までにご記入、ご提出をお願いいたします。また、**9月1日(土)のセンターまつり説明会**へもご出席お願い申し上げます。

敬老会のご案内

すずらん台町づくり協議会は、地域・社会のためにご尽力されました方々に感謝の念を申し上げますとともに、皆様方の御長寿を御祝いしたく、左記のとおり敬老会を催します。

なお、今年度から参加年齢が75歳からになります。住民の皆様にはご理解いただきますようお願い申し上げます。ぜひ、敬老会にご出席ください。よろしくご案内を申し上げます。



開催日 平成30年9月16日(日)
会場 すずらん台小学校 体育館
受付開始 午前9時30分より
式典の部 午前10時～10時30分
演奏の部 午前10時30分～11時40分

**すずらん台
町づくりニュース
平成30年8月号**



環境設備部会より

7号公園の清掃を終えて

7月14日(土)少年野球、ソフトボールクラブ指導員(10名)により、スーパー用地の草刈り清掃を実施しました。
7月15日(日)各区の有志(30名強)で、7号公園、駐車場用地の草刈り清掃を実施しました。
酷暑の中参加して下さった皆様本当に疲れ様でした。
夏祭りでは気持ちよく使用していただけるものと思っております。

サロンきずな、きずな公園より
サロン「きずな」ビアガーデン開催！！
今年は「きずな公園委員会」企画とのコラボレーション開催です！

日時 **平成30年9月1日(土)午後4時～**

場所 **サロン「きずな」ときずな公園**

- ・ビアガーデン(飲食材売場で終了)……午後4時～
- ・ファイヤードンス(ダンサー出演)……午後7時～
- ・キャンプファイヤーと子ども花火会……午後7時30分～



夏休み最後の休日を盛り上げよう！
(小・中学生と大人参加)



詳細は同時配布のチラシをご覧ください。

すずらん台まちな保健室からのお知らせ

- がん検診…9月8日(土)
- 特定健診…10月27日(土)に実施します

第12回

「あなたならど～する？認知症？」講座
8月30日(木)午後1時30分～3時

詳しくは同時配布されるチラシをご覧ください。

お問い合わせは…すずらん台まちな保健室(68-5700へ)

犬のフンは

飼い主が持ち帰りますよ



犬は大切な家族です！フンの処理も飼い主がきちんとしてあげましょう。ワンちゃんも悲しんでいますよ！

すずらん台 はつらつ♪元気隊からのお知らせ

- ① **はつらつ♪らん*らん健康教室**
8月9日(木)
午後1時30分～3時
- ② **はつらつスクエアステップ**
8月20日(月)午後1時30分～2時30分
- ③ **はつらつ/ルディックウォーキング**
8月23日(木)午前9時～午前中
市民センター集合(雨天中止)
※ポール無料貸し出し
- ④ **ラジオ体操**
年末年始を除く毎日午前7時～
西集会所にて(雨天中止)



持ち物：飲み物、タオル、履き慣れた靴で。

①、②は**上靴**も持参してください。
今年度もすずらん♪らんらん♪ポイント制度続行しています！



民生だより

第12回目「認知症講座」開催です

平成30年8月30日(火)午後1時30分から、市民センターにて、「あなたならどうする?認知症?」講座を開催します。

過日、民生委員児童委員の研修会において大変感銘を受け、すずらん台の皆さんにも、ぜひ聴いていただきたいとの思いで滋賀県から渡辺哲弘氏に来ていただきます。介護現場での経験を踏まえ、小中学校や企業・地域の自治会・介護医療の職員さんなど幅広い層に講演をされておられます。

誰もが住み慣れた地域で、たとえ病気や障がいがあっても、そして認知症になっても最後まで自分らしく暮らしたいと思っています。一人ひとりが地域の中でどうい

う想いで、どのように関わって生活していけばいいのかのヒントを教えてくださいませんかと思

います。ぜひ多くの方がご参加くださることを願っています。皆さまお誘い合わせの上、お気をつけて足を運びください。センター便りと同時に各戸配布でチラシをお配りしていますので、詳しくはそちらをご覧ください。



今年の夏は、とてつもなく暑い日が続いています。暑さ対策は大丈夫でしょうか。

日中はもちろん、夜寝る時もクーラーをかけ、のどが渇かなくても水分はこまめにとり、たくさん汗をかいた時は塩分もとりたい。脱水症や熱中症にならないように気をつけてください。生活のリズムや体調管理をしっかりと



りとして、食事は規則正しく十分な栄養をとり、無理をしないで休養をとることも心がけてこの夏を乗り切



今月のセンター行事およびサークル活動(平成30年8月5日~平成30年9月10日)

※ 都合により日程変更する場合があります

月	日	曜日	午 前	午 後	夜 間	
平成30年	5	日				
	6	月	広報配布 えりPサークル	パソコン友遊 水墨画 にこにこクッキング	えりPサークル	
	7	火	エアロビクス	IT講習 絵画教室		
	8	水	主催(館外)「組みひも体験とランチ会②」	名張市教育員会北中ブロック	つぼみの会	
	9	木	パソコン友遊	はつらつ♪らん*らん健康教室 はつらつ元気隊		
	10	金	パソコン友遊	パソコン友遊	民謡サークル	
	11	土		吟詠会 夢クラブ		
	12	日			四区自治会	
	13	月	えりPサークル			
	14	火	エアロビクス	パソコン友遊		
	15	水				
	16	木	パソコン友遊	パソコン友遊 アートフレンド 民謡サークル		
	17	金				
	18	土	町協総務会 民生会 郵便局長会	歌謡教室 吟詠会		
	19	日	休館日			
	8月	20	月	カトレア	はつらつスクエアステップ パソコン友遊 水墨画 ひだまり運営委員会	えりPサークル
		21	火	エアロビクス	ひだまり準備 IT講習 絵画教室	
		22	水	ひだまり食事会・配食・控室		つぼみの会
		23	木	(館外)ルディックウォーキング		
24		金	パソコン友遊	パソコン友遊	民謡サークル	
25		土	市議会議員選挙準備 安防部会	吟詠会		
26		日	市議会議員選挙			
27		月	えりPサークル 書道の会	鶴の会	えりPサークル	
28		火	エアロビクス	パソコン友遊 絵画教室		
29		水	映画上映会「サバイバルファミリー」	ヨガ・ピラティス 民謡サークル	ベルブーケ	
30		木		認知症講座		
31		金	えりPサークル			
平成30年	1	土	センターまつり全体説明会	歌謡教室 夢クラブ	町協役員会	
	2	日				
	3	月	えりPサークル	パソコン友遊 水墨画 にこにこクッキング	えりPサークル	
	4	火	エアロビクス	IT講習 絵画教室		
	5	水	広報配布	絵手紙		
	6	木		パソコン友遊 アートフレンド		
	7	金	なかよし広場			
	8	土	がん検診	がん検診 吟詠会		
	9	日			四区自治会	
	10	月	えりPサークル 書道の会	パソコン友遊	えりPサークル	