



- 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
- 3面**……民生だより
- 4面**……月間予定表
- 4面**……その他お知らせ

すずらん台の人口:9月1日現在 人口 3,696人(3,726人)
 男 1,832(1,836人)女 1864人(1,890人)
 世帯数 1,548(1,539世帯) ※()内は前年同月の人口

10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) 10月号



2018年(平成30年)10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 220-168-1007

✉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) 午前10:00~午後4:00

と ころ すずらん台市民センター、サロンきずな他

★ご来場の皆様、出品、出演者の皆様へご連絡

(展示場所、時間等に一部変更があります。ご注意ください。)

- ① 風船を飛ばすイベントは **12:45~に変更**になりました。
- ② 一般作品の展示場所が **和室**に変更になりました。
- ③ 水墨画同好会の展示場所が **ミーティングルーム**に変更になりました。
- ④ 舞台発表関係者の控室が **教育会館みなくる**に変更になりました。
- ⑤ 今年は飲食物の販売は一斉に **11:00 から開始**します。ご注意ください。(サロンきずな、青空市場を除く)

皆さまのご来場
お待ちしております！

くわしくは先に(もしくは同時に)配布したセンターまつりプログラムをご覧ください。



名張ケンコー! マイレージい。



★資料と会場準備の都合上、できるだけ事前申し込みをお願いいたします。当日受付も可ですが、会場が満員になった場合はお席が準備できない場合があります。
 ★名張ケンコーマイレージ対象イベントです。

11月度の主催学級はがん経験者で広く講演活動などをされている、広野光子さんに当事者だからこそのがんのお話をさせていただきます。
 きれいなことだけではない闘病生活を前向きにとらえ、明るく話される広野さん。ぜひお話を聞きに来てくださ



○身近な病気の一つであり、健診や治療法など広く周知されているながら、診断されると戸惑ってしまう「がん」という病気…。

【締切り: 10月31日(水)】

| 日時 | 11月10日(土) 13:30~15:00 |
|-----|-----------------------|
| 場所 | 市民センター 大ホール |
| 講師 | 広野 光子様 |
| 定員 | 60名 |
| 申込み | 10月16日(火) 8:30より受付開始 |
| 参加費 | 無料 |

「がんを明るく前向きに語る」

11月度主催学級 私の体験談

主催学級・講座のお知らせ
 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168-1007へ!)

『風に立つライオン』

日時 10月31日(水)

13:30 ~ 15:50 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 座布団、メガネなど(必要な方)

作品の紹介：日本人医師の航一郎は

大病院からケニアの研究施設に派遣された。女医で恋人の貴子を日本に残し、航一郎は研究と臨床に情熱を注いだ。半年後、1か月の派遣要請を受け現地の赤十字病院に赴いた航一郎が目の当たりにしたものは…。

ミュージシャンのさだまさし氏が実在の日本人医師をモデルに作った同名楽曲を基に執筆した小説を映画化された作品です。

監督：三池崇史

出演：大沢たかお、石原さとみ、真木よう子、鈴木亮平他

★邦画ですが、一部字幕表示があります。ご了承ください。

★午後からの開催です。

↑注意ください。



9月の主催学級報告

◆男の料理教室③回目

9月13日(木)

上期最終の3回目は、医療教育実習の一環で、三重大学医学部の学生さん4名が参加しました。

メニューは①シメフにも褒められたポークチャップ②基本のポテトサラダ③トウモロシの芯まで使ったコーンスープ④グレープフルーツの皮が器のカップゼリーの4点です。

今回は、それぞれの下準備が多く、剥く・切る・おろす・調味料の準備と皆大忙しでした。若い人の参加もあり、皆さんかなり張り切ったように見受けました！

12時ギリギリに仕上がり、いつものような賑やかな食事会となりました。

あまりなじみのないポークチャップという料理や、デザートゼリーはグレープフルーツの皮を器に使うなどおしゃれな？メニューを楽しみました。

ナント皆さんの腕が上がった事か！ご家庭でもその腕前を披露して下さい。少しずつ料理人らしくなっています？

お世話人は、松村さんと村松さんでした。次回4回目は、12月13日(木)です。



◆主催学級

音楽工房さんと一緒にうたいまししょう♪

9月14日(金)

9月度の主催学級では、毎年好評の音楽工房さんと一緒にうたいまししょう♪を開催しました。

懐かしい曲・アニメソング等の歌を今回も楽器やトーンを交えて皆さんと歌いま



ました。また、9月1日は防災の日ということもあり防災関係の替え歌も歌っていただきました。回を重ねるごとに参加していただく方も増え今年も皆さんと楽しい時間を過ごさせていただきました。音楽工房の福山様・前田様ありがとうございました。

◆カルチャーすずらん 彫紙アート体験講座

9月27日(木)

9月は初の試みで、伊賀市の堀幹子先生の指導のもと『彫紙アート』を体験しました。重ねた色紙を下絵の指示通りに細工カッターで切り抜いて作品を作るのですが、綺麗に切るにはコツがいります。何枚も重なった紙の細かいパ



ツを切り抜く作業に苦戦しつつ、根気よく切り進めていき…少しずつ作品に興行きを感じられるようになってくると皆さんの表情も楽しそうになってきました。😊

今回は全員同じバラのモチーフですが、バラや背景、フレームの色が違うことによつて全く違う印象の作品に仕上がりました。作品は市民センターまつりで展示させていただきますのでお楽しみに!!

◆IT講習(上期)

市民センターの上期のIT講習が9月19日(水)閉講しました。この日は9月4日の台風22号で1回休講になった分を19日に振り替えての閉講式でした。

IT講習で学んだ技術をくらしのさまざまな場面で役立てていただきたいと思います。

なかよし広場の開催日

11月 11月2日(金)

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・就園前の子どもさんと保護者の広場です。名張市子ども支援センターかがやきから職員の方が子育ての相談や、いろんな遊びを教えてください。気軽にのぞきにきてください。



すずらん台 町づくりニュース 平成30年10月号

敬老会御礼

9月16日、すずらん小学校校体育館にて敬老会を開催いたしました。本年度より75歳以上の方が対象とさせていただきます、113名の方に参加いただきました。

りがとうございました。紙面をお借りして感謝申し上げます。

また、今年度初めより知恵を出し合い会議を重ね、企画運営して下さった福祉青少年部会の皆様、ご苦勞様でした。

最後に、改めて諸先輩(敬老者の皆様の町づくりへの功績に深く感謝申し上げる次第です。

敬老会実行委員長 池田 操

環境設備部会より

一斉清掃のお知らせ

平成30年度秋の一斉清掃を左記のとおり実施いたします。主に公園等、幹線道路の清掃を行います。生活道路等については各自治会の計画となりますが、自宅周辺は家族で清掃しましょう。

日時 10月21日(日)9:00～11:30

※雨天時:10月28日(日)に順延します。

その他 開始時間等細部については、各自治会会報を確認してください。

以上

すずらん台 はつらつ♪元気部からのお知らせ

- ① はつらつ♪らん*らん健康教室
10月11日(木)
午後1時30分～3時
- ② はつらつスクエアステップ
10月15日(月)午後1時30分～2時30分
- ③ はつらつ/ルティックウォーキング
10月25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)

- ⑤ 箕曲合同/ルティックウォーキング
10月16日(火)箕曲市民センター
午前9時集合 9時30分出発
申し込みは…
すずらん台まちの保健室まで



お願いします。

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!

☆市民センターまつりに今回初の「インボディ」の測定器が来るよ!! 筋肉量など、体成分がわかるのでぜひ参加してね～

すずらん台まちの保健室からのお知らせ

●特定健診…10月27日(土)に実施します

お問い合わせは…

すずらん台まちの保健室(68-5700へ)

75歳以上の方対象の「敬老会」開催

民生だより

朝晩いくらか涼しくなったとはいえ、まだまだ蒸し暑い9月16日(日)、敬老会が開催されました。すずらん台も高齢の方が増える中、会場となる小学校の体育館の定員の問題や安全の問題もあって、今年から75歳以上の方を対象に敬老会が開催されることになりました。そして、当日は113名の方が出席されました。亀井市長のご挨拶の中で「市内の100歳以上の長寿者は女性30人、男性1人です。女性の方は趣味を持ち、いろんなところへ出かけられ活動的です。一方、男性の方はあまり外に出ないで家の中に閉じこもっている方が多いようです。ぜひ、何にでも参加して頑張ってください」といわれた時には、会場がドット沸きました。

式典終了後は、すずらん台住民の方の琉球舞踊、小学5年生のメッセージとコーラス、名張市立病院の先生の講話(クイズ)、はつらつ元氣隊による「きよしのすんごい節」体操、ピーターパンによる楽器演奏と歌で盛り上がり、「来年もまたお元気で必ずお会いしましょう!」、と万歳三唱でつつがなく終えることができました。



人生100年時代、元気に年を重ねていきたいですね。健康年齢・健康増進を目指し、市民センターなどで開催される体操やイベントや講座、地域の行事などには、ぜひお出かけください。女性の方はもちろん、男性諸氏も奮って参加くださいますように。「皆様の健康・長寿を祈願いたします」

今月のセンター行事およびサークル活動(平成30年10月5日～平成30年11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 10月 | 5 | 金 | 広報配布 なかよし広場(ミニ運動会) パソコン友遊 | 町協地域福祉懇談会 パソコン友遊 | | |
| | 6 | 土 | 市民センター清掃 | 歌謡教室 夢クラブ 吟詠会 | 町協役員会 | |
| | 7 | 日 | 市民センター清掃(予備日) 福祉青少年部会 | やまびこ太鼓 | 四区自治会 壽永会 | |
| | 8 | 月 | 書道の会 | 民謡サークル | | |
| | 9 | 火 | エアロビクス | ひだまり準備 パソコン友遊 絵画教室 | | |
| | 10 | 水 | ひだまり配食 | ヨガ・ピラティス | つぼみの会 | |
| | 11 | 木 | 太極拳 | はつらつ♪らんらん健康教室 はつらつ元気隊 | | |
| | 12 | 金 | センターまつり準備 | | | |
| | 13 | 土 | センターまつり準備 | | | |
| | 14 | 日 | 第20回すずらん台市民センターまつり | | | |
| | 15 | 月 | センターまつり片付け | はつらつスクエアステップ パソコン友遊 水墨画 | えりP(ズンパ) | |
| | 16 | 火 | エアロビクス | IT講習 ひだまり準備 絵画教室 | | |
| | 17 | 水 | ひだまり配食 | | | |
| | 18 | 木 | パソコン友遊 | パソコン友遊 アートフレンド | | |
| | 19 | 金 | えりP(ヨガ) | バリバリ現役プロジェクト | | |
| | 20 | 土 | 町協総務会 民生会 | 歌謡教室 吟詠会 | | |
| | 21 | 日 | 休館日 | | | |
| | 22 | 月 | えりP(ヨガ) | ひだまり運営委員会 鶴の会 | えりP(ズンパ) | |
| | 23 | 火 | エアロビクス | ひだまり準備 パソコン友遊 絵画教室 | | |
| | 24 | 水 | ひだまり食事会・配食・控室 | ヨガ・ピラティス | つぼみの会 | |
| | 25 | 木 | 太極拳 (館外)ルティック | | | |
| | 26 | 金 | パソコン友遊 | パソコン友遊 | 民謡サークル | |
| | 27 | 土 | まちほ特定健診 | | | |
| | 28 | 日 | センターまつり反省会 センター運営委員会 町協環境部会 | | | |
| | 29 | 月 | えりP(ヨガ) | | えりP(ズンパ) | |
| | 30 | 火 | | 民謡サークル 絵画教室 | | |
| | 31 | 水 | | 映画上映会『』 | | |
| | 平成 30年 11月 | 1 | 木 | パソコン友遊 | パソコン友遊 アートフレンド | |
| | | 2 | 金 | なかよし広場 | | |
| | | 3 | 土 | | 歌謡教室 夢クラブ | 町協役員会 |
| | | 4 | 日 | | | |
| 5 | | 月 | 広報配布 えりP(ヨガ) | パソコン友遊 水墨画 にこにこッキング | えりP(ズンパ) | |
| 6 | | 火 | エアロビクス | IT講習 ひだまり準備 絵画教室 | | |
| 7 | | 水 | ひだまり配食 | 絵手紙 | | |
| 8 | | 木 | 太極拳 | はつらつ♪らんらん健康教室 はつらつ元気隊 | | |
| 9 | | 金 | パソコン友遊 | パソコン友遊 | 民謡サークル | |
| 10 | | 土 | | 広野光子さん講演会『がんを明るく前向きに語る』 吟詠会 | | |

関係各位

市民センターまつり反省会について

下記の通り反省会を行います。関係者の皆様にはお忙しいところ恐縮ですが、ご出席いただきますようお願い申し上げます。

記

日 時 平成30年10月28日(日)10:00～11:00頃

場 所 すずらん台市民センター 大ホール

※今年の日曜日の開催です。ご注意ください。

※事前に案内を配布させていただきます。