



- 1面 ..... 市民センターまつりについて
- 1、2面 ..... 主催学級のご案内
- 2面 ..... 主催学級報告
- 2面 ..... 民生だより
- 3面 ..... 町づくりニュース
- 4面 ..... 月間予定表
- 4面 ..... その他お知らせ

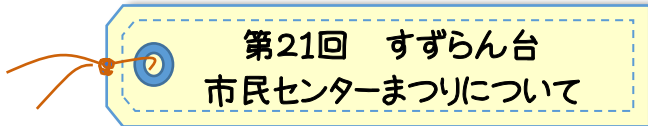
すずらん台の人口(2019年8月1日現在)			
男性	1816人	女性	1835人
合計	3651人	世帯数	1553世帯



2019年9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★



テーマ「心ゆたかに 笑顔のすずらん」

と き 2019年10月13日(日)10:00～(ピンゴカード配布 9:30～)

ところ すずらん台市民センター

皆様のご来場お待ちしております。

詳細は別刷りでお知らせしています。ぜひご覧ください。



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(68-1007)



10

✿9月のカルチャーすずらんはおしゃれなインテリア雑貨ハーバリウムを手作りしてみたいと思います。ドライフラワーやプリザーブドフラワーなどの花材をガラスボトルに入れ、専用のオイルで浸すことでみずみずしい状態で長くお花を楽しめます。

定員 20名  
申込み 受付中  
持ち物 眼鏡など(必要な方)

参加費 1000円又は2000円  
※金額は瓶の大きさ、形により変わります。  
当日お好きなサイズの瓶をお選びください。

講師 Pure & True ハーバリウム講師 岩寄 純子先生

講場 市民センター アトリエ

日時 9月14日(土)10:00～12:00頃



9月度カルチャーすずらん

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68-1007へ!)

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13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

☆恒例になつて今年も開催します。回の歌の会を今年も開催します。回を重ねるこ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大きな声で歌つと、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♡



★今後の予定★  
○映画上映会  
10月30日(水) 13:30～15:30頃  
※上映作品は10月号でお知らせします。



## 市民センター主催 2019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** 2019年10月～2020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1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 500円頂きます

**申込み** 受付中

**締め切り** 9月20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。

7月開催の「レカンフラワー体験講座」にご参加いただいたみなさんへ

### 『レカンフラワー』

#### 作品の展示ご協力お願い

7月の講座で制作された作品をセンターまつりで展示させていただきたいと思っております。ぜひ展示にご協力をお願いいたします。

**展 示** 10月13日(日) 市民センターまつりにて

※10月初旬～12日午前中までにセンターにご持参ください。

※作品の展示はセンターまつり実行委員会にてさせていただきます。

**作品持ち帰り** 10月13日(日) ※閉会式終了後の午後3時30分～4時30分頃の間各自お願いいたします。

※当日お持ち帰りできない方は事前にセンターまでご連絡いただき、早めのお引き取りをお願いいたします。

(市民センター68-1007)

#### ◆主催学級「映画上映会」…8月23日(金)

8月は実話を元に映画化された「チア・ダン」を上映しました。

女子高生で構成するチアリーダー部が、顧問の先生・仲間たちとぶつかり合いながらも、大きな目標に向かって気持ちの面でも成長し、全米チアダンス大会で見事優勝を果たしたストーリーでした。仲間を思いやる気持ち、目標にむかい笑顔で頑張る彼女たちの姿に感動しました。日程変更にもかかわらず沢山の方々にお越しいただき、ありがとうございます。

#### 8月の主催学級報告

#### 民生だより

8月17日(土)市民センターに於いて、「地域の健康づくり、健康についてみんなで話そう!」というテーマでワールドカフェが開催されました。ワールドカフェとは、お茶とお菓子が用意されカフェのような雰囲気の中で気軽に話し合う場のことですが、ワールドカフェって何?と、興味を持たれた方・何のことかわからない方も多かったのではないのでしょうか。当日は、健康・地域の課題・自分たちでできることの3つのテーマに沿って、7つのグループに分かれ意見交換し、発表するという形式でした。

健康では、食事や運動はもちろんのこと、心の健康も大切であるとか、家に引きこもらず「人と人との会話や交流」が大切である、という意見がありました。運動と交流ができる場所として、すずらん台では毎朝、西集会所でラジオ体操を行っています。

地域の課題では、自治会活動やボランティア活動など世代交代をスムーズに行うための対策として、若い世代との交流の場や若い方だけの交流の場を作る必要性、また、高齢者の免許証返納によって起こる、病院や買い物等の交通手段の問題についてどうすればいいか等、さまざまな課題が話し合われました。買い物については、移動販売車を取り入れたらどうか、という意見もありました。

今後は、地域に合った方法で取り組みが進められていくことと思います。今回は若い方の参加がなく残念でしたが、幅広い年代の方々の参加により、考え方や意見にも広がりができ、より充実した話ができると思えました。

今回のワールドカフェで出た意見が「名張市第四次健康なばり21計画」に反映されるそうです。誰もが「住みやすい安心 安全な地域づくり」を考えていきたいですね。





# すずらん台 町づくりニュース

2019年 9月号



夏まつり実行委員会より

納涼夏祭りの御礼と花火募金

朝晩少し秋らしさも感じられるようになりましたが、会員の皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、さる八月三日(土)にすずらん台納涼夏祭りを開催し、無事終了いたしました。実行委員、各サークル団体及び関係者の方々には多大なるご支援ご尽力をいただきましたことに感謝のお礼を申し上げます。



## 敬老会のご案内(再掲)

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るとともに、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、昨年度から参加年齢が75歳からになりました。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。



記

開催日 2019年9月15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

演芸の部 午前10時30分〜11時40分

夏祭り恒例の打ち上げ花火も皆様のご協力により、盛大に実施でき、イベントのフィナーレを飾ることができました。これも偏に皆様方のご理解、ご協力のお蔭と役員一同厚くお礼申し上げます。今後とも町づくり協議会の活動に layersのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。右、取り急ぎ誌面の上からではございますが、お礼申し上げます。

すずらん台町づくり協議会 会長 阿山 文夫  
夏祭り実行委員会 委員長 宮下 和夫

### 令和元年納涼夏祭り

ご寄付をいただいた企業様、商店様、団体様

- ・(有)クリーンテック名張・・・ 30,000円
- ・メモリアルホール紫蘭・・・ 10,000円
- ・ビューティーサロンすずらん・・・ 10,000円
- ・ひだまりカフェ・・・ 5,000円
- ・ローソンすずらん台店・・・ 3,000円
- ・(株)一条工務店・・・ ビール2ケース
- ・吉泉会・・・ コーヒー1ケース

御厚志ありがとうございました。

夏祭りでの落とし物(雨傘、日傘他)市民センターで保管しています。お心当たりのある方はお問合せください。(☎68-1007)

## ライフサポートクラブの 活動会員のつとめ

機械類の取り扱い

市民センターにて8月8日ライフサポートクラブの活動会員の講習会を実施しました。

東4番町の藤本さんを講師に、バリカン、チェンソー、草刈り機の点検を再学習しました。

また、ライフサポートが提供する各家庭の庭の手入れ、樹木の剪定に使われる道具を安全に使用するための点検学習を行いました。道具はびかっと光るように手入れをして、会員の皆さんに安心感を持って利用していただきたいものです。また、グリスの入れ方、刃の研ぎ方、どの箇所をきめ細かく掃除するか、点検をするかで長く、安全に道具は使えるとのワークショップでレクチャーしました。



### すずらん台まちの保健室からのお知らせ

9月29日(日)・・・がん検診  
10月26日(土)・・・特定検診  
を実施します。



### バリバリ現役プロジェクトからのお知らせ

毎月第1木曜、13:30~14:30「すずらんメロティカフェ」をサロンきずなにて開催します。

詳しくは市民センター、すずらん台まちの保健室にあるチラシをご覧ください。  
★すずらん♪らんらんポイント1Pもらえますよ~

メロティカフェ

9月 たんぽぽ

10月 中西 美智子さん

### 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  
9月12日(木) 午後1時30分~3時
- ② はつらつ/ルティックウォーキング  
9月26日(木) 午前9時~午前中  
市民センター集合(雨天中止)  
ボール無料貸し出し
- ③ 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: ①~③とも飲み物、タオル、履き慣れた靴で!  
①は上靴も持参してください。  
すずらん♪らんらん♪ポイント制度続行しています。

今月のセンター行事およびサークル活動(2019年9月5日~2019年10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	
2019年	5	木	広報配布	アートフレンド ライフサポートクラブ		
	6	金	パソコン友遊 なかよし広場			
	7	土	センターまつり全体説明会	歌謡教室 夢クラブ やまびこ太鼓	町協役員会	
	8	日			四区自治会	
	9	月	スリーアール(ヨガ) 書道の会	書道教室	スリーアール(ズンバ)	
	10	火		パソコン友遊 絵画教室		
	11	水		ヨガ・ピラティス 絵画教室	つぼみの会	
	12	木	男の料理教室	はつらつ♪らんらん健康教室 はつらつ元気隊		
	13	金	主催「歌いましょう♪」パソコン友遊 町協	パソコン友遊	民謡サークル	
	14	土	カルチャー「ハーバリウム体験教室」町協総務会	やまびこ太鼓 吟詠会		
	15	日	休館日			
	16	月				
	17	火	エアロビクス 町協	IT講習(閉講式) 絵画教室		
	18	水			きずな公園委員会	
	19	木	パソコン友遊	パソコン友遊 アートフレンド	壽永会	
	20	金	パソコン友遊			
	21	土	第2回センターまつり実行委員会	歌謡教室 吟詠会		
	22	日	環境設備部会 安全防犯部会 福祉青少年部会	やまびこ太鼓		
	23	月		ひだまり役員会		
	24	火	★まつりプログラム配布	ひだまり準備 パソコン友遊 絵画教室		
	25	水	ひだまり食事会・配食 地区社協(控室)	ヨガ・ピラティス	つぼみの会	
	26	木			壽永会	
	27	金	パソコン友遊	パソコン友遊	民謡サークル	
	28	土	㊦すず小運動会	やまびこ太鼓 吟詠会 ㊦すず小運動会		
	29	日	まちの保健室「がん検診」	まちの保健室「がん検診」		
	30	月	スリーアール(ヨガ) ★まつり食券前売り開始	パソコン友遊 鶴の会	スリーアール(ズンバ)	
	2019年	1	火	エアロビクス	IT講習(開講式) ひだまり準備 絵画教室	
		2	水	ひだまり配食	絵手紙	
		3	木		アートフレンド	
		4	金	なかよし広場(ミニ運動会) パソコン友遊		
5		土	★センター草刈り清掃	歌謡教室 夢クラブ	町協役員会	
6		日		やまびこ太鼓	四区自治会	
7		月	広報配布 スリーアール(ヨガ) 書道の会	書道教室 パソコン友遊	スリーアール(ズンバ)	
8		火		ひだまり準備 パソコン友遊 絵画教室		
9		水	ひだまり配食	ヨガ・ピラティス	つぼみの会	
10		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 パソコン友遊		

町協…すずらん台町づくり協議会 安防部会…安全防犯部会 環境部会…環境設備部会 夏祭り…夏祭り実行委員会

サークル および 関係団体の皆様

## 市民センター清掃のお知らせ

市民センターをよりきれいにご利用いただくため、恒例の「市民センター秋の清掃」を下記の要領で行います。皆様にはお忙しいところ恐縮ですが、ご参加下さいますよう、よろしくお願いいたします。

記

**日 時** 2019年10月5日(土) 9:00~11:00頃  
(雨天の場合10月6日(日)に延期)

**場 所** すずらん台市民センター

**その他** ・タオル、除草道具、軍手などは各自ご準備下さい。  
・お茶を用意させていただきます。



## なかよし広場の開催日

**9月** 9月6日(金)

🍁9月は身体計測を行います

**10月** 10月4日(金)

★10月はちびっこクラブと合同でミニ運動会を行います。

場 所 すずらん台市民センター

(9月)和室

(10月)大ホールと和室

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。申込みなどは不要ですので気軽にのぞきにきてください。