



すずらん台 市民センターだより

2022年1月号

- 1面 新年の御挨拶
 - 2面 作品展御礼
 - 2, 3面 主催学級のお知らせ
 - 3面 民生だより
 - 4面 月間予定表
 - 4面 其他のお知らせ
- ※町づくりニュースは号外で発行しています。

すずらん台の人口(2021年12月1日現在)			
男性	1761人 (前月比-6人)	女性	1775人 (前月比-4人)
合計	3536人 (前月比-10人)	世帯数	1570世帯 (前月比-4戸)

すずらん台町づくりニュース、市民センターだよりは町づくり協議会のホームページでもご覧いただけます

すずらん台 町づくり

2022年1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 TEL68-1007 ✉suzuran-ko@emachi-nabari.jp

★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★



新年の御挨拶

新年明けましておめでとうございませう。
皆様方には、晴れやかな気持ちで新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

昨年は、コロナ禍による緊急事態宣言があり、サークル活動、会合等も中止や自粛を余儀なくされ、また、楽しみにしていた夏祭り、敬老会、市民センターまつりも中止せざるを得ない状況になりました。

昨年末には新たにオミクロン株が確認され、この先不安もあります。皆様には引き続き感染予防対策をお願いいたします。

コロナ禍でも草は伸びます。春、夏の一斉清掃等においては皆様方のご協力によりきれいにさせていただきましたことに心よりお礼申し上げます。

現在の状況が一日も早く収束して地域の皆さんとの交流ができることを期待しています。そのために町づくり協議会としては、住みやすい環境づくりを目指して役員一同努めてまいります。本年も皆様方のご協力をよろしく願っています。

すずらん台町づくり協議会 会長 廣岡庄一

新年あけましておめでとうございませう

皆様におかれましては新春を清々しいお気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年はコロナ禍の中、多くの方のお力添えをいただき誠に有難うございました。十二月に開催しました市民センター作品展も地域の皆様、ご利用者の皆様のご協力により無事終了、多くの方にご来場いただくことができました。

今年度も更なる市民センターでの活動・ご支援を賜りますよう心からお願いすると共に、職員一同心からご来館をお待ちしております。

すずらん台市民センター 館長 横田 正明

職員一同

いつも3面に掲載している「すずらん台町づくりニュース」は今月号は号外として別刷りで発行しています。地域のニュースをぜひチェックください!



市民センター作品展 ご来場・ご協力御礼

12月12日(日)～17日(金)午前の延べ6日間開催いたしました、市民センター作品展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。

作品展のみの開催は初めてで手探りでの準備ではありましたが、期間中天候に恵まれたこともあり、約180名の皆様にご来場いただきました。

市民センターの登録サークルさんの展示はもちろん、住民の皆様のご一般作品や各団体の活動紹介や作品の展示、市民センターの主催学級で作成した作品も展示させていただきました。



また、期間中アンケートにもご協力いただきありがとうございました。アンケートの内容は改めてご紹介させていただきますが、

- ・ にぎやかな市民センターまつりもいいが、作品展をゆつくり見られてよかった。
- ・ すずらん台結構いける町だと感動した。
- ・ 心のこもった素敵な作品ばかりで感動しました。

等の今後の励みになる感想もたくさんいただきました。

最後に準備と撤収にご協力いただいた、各区自治会をはじめ各団体の皆さまありがとうございました。

主催学級・講座のお知らせ

お申し込み・お問い合わせは市民センター(68-1007へ)

3月度カルチャーすずらん

味噌作り

初心者さんも
大歓迎!!

日時 2022年3月10日(木)

①【午前の部】 9:30～12:00

②【午後の部】 13:00～15:30

③ 自宅製作の部

場所 ①、②市民センター クッキングルーム ③ご自宅

お世話人 菊池様、小栗様

材料費 3000円程度(味噌5kgの場合)※大豆引渡し時にお支払ください。
申込み 2022年1月17日(月) 8:30より受付開始(1月31日(月)締切り)

①、②、③のいずれかでお申し込みください。

お申し込みは☎68-1007または窓口まで

★先着順で定員になり次第受付終了します。

※キャンセル等は2022年2月10日(木)まで。以降のキャンセル、変更はできません。

参加者各自で準備していただく物

粗塩(500g)、酒かす(2袋程度)、直径36cm位の鍋又は圧力鍋、保存容器、ポテトマッシャー、空のペットボトル2～3本、ラップ、ふきん、エプロン、三角巾など
★**ご注意!**粗塩、酒かすは無いとお味噌が作れませんので、当日お忘れないうちにご準備ください。詳細は個別にご連絡します。

①、②の市民センター製作お申し込みの方へ

※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。

③の自宅製作お申し込みの方へ

大豆お渡し日 3月3日(木)～
3月8日(火)の間(土日除く)
麴お渡し日 3月10日(木)
お渡し時間 8:30～16:30

※消毒用の焼酎が必要な方はお分けしますので、清潔な容器をお持ちください。



※大豆は、今年も大山田産新物の無農薬大豆です。自然発酵の麴で機械を使わず手作りします。作るお味噌は5kg(10kgも可)おいしくて懐かしい味がする」と好評です。



【共通注意事項】

- 参加希望の方は事前申込みをお願いします。
- 当日発熱・風邪症状のある方は参加の自粛をお願いします。
- 当日はマスクの着用、検温にご協力お願いいたします。
- 状況により開催が困難になった場合は、申込者にご連絡いたします。

(日本語吹き替え)

日時 2022年1月27日(木) 13:30 ~ 15:40頃

場所 市民センター 大ホール

定員 30名 ※要事前申し込み

参加費 無料

持ち物 マスク着用 座布団、ひざ掛けなど

受付 1月14日(金) 8:30より受付開始

※お申し込みは ☎68-11007 または窓口まで
※定員になり次第締め切ります。

【作品介绍】何度もオーディションに落ちてすっかりへこんでいた女優志望の卵ミア(エマ・ストーン)は、ピアノの音色に魅かれて入ったジャズバーでピアノのセバスチャン(ライアン・ゴズリング)と最悪の出会い方をする。ある日、ミアはプールサイドで不機嫌そうに1980年代のポップスを演奏するセバスチャンと再会し……。

2017年アカデミー賞最多6部門受賞の話題作!
久しぶりの洋画!
しかもミュージカル作品!
理屈抜きで歌とダンスを

楽しみましょう!



12月の主催学級報告

◆カルチャーすずらん
「つまみ細工で作る春爛漫桜のリース作り」:
12月3日(金)・22日(水)

12月は2回連続講座でつまみ細工のリース作りを開催しました。1回目は桜の花の制作です。1枚の布から1枚の花びらを作り、それを5枚合わせてひとつの桜の花が出来上がります。

50枚も花びらを作るのはたいへんでしたが、繰り返し作るうちに手馴れてきて、どんどん花びらが机に並んでいきました。ひとつ花が完成する度に達成感もあり、皆さん頑張りました! 2回目はつぼみと蝶と葉っぱの制作です。花びらの折り方を少しアレンジして作ります。製作したモチーフをバランスよく土台に配置して接着し、濃淡の桜が可愛らしい素敵なりースが完成しました! 気持ちもパツと明るくなるようなこの作品を皆様にもご覧いただき



花びら一枚一枚を丁寧に手作りし、花を形づくります。

完成した作品を手にみんなで記念撮影♪



作品を皆様にもご覧いただききたかったです。諸事情により残念ながら作品展には間に合わず申し訳ございませんでした。
ご指導いただきました講師の稲本先生、ご参加くださった皆様、ありがとうございました。

民生だより

コロナ禍、フレイル予防で乗り切ろう

昨年に引き続き、コロナに加えて新種のオミクロン株の急拡大が心配されます。乾燥する冬場、色々なウイルス感染も懸念され引き続きの感染予防対策は大切です。コロナ自粛が3年目に入り外出もままならず、高齢者だけでなく引きこもりが増えています。心身の活力(筋力や運動機能・認知機能・社会とのつながり)が低下した状態をフレイルと言いますが、予防するための運動・栄養・口腔ケアなどを、先月、西一番町の「おしゃべりサロンお茶屋」で体験しました。フレイル予防を習慣づけると良いそうです。



開眼片脚立ち

座りっぱなしにならないように開眼片足立ちな筋トレが効果的ですよ。すき間時間をうまく使ってみましょう!

さて、後になりましたが、高齢者実態調査対象者の皆様には、お忙しい中ご協力くださりありがとうございました。これからも民生児童委員会独自の研修に学び、皆様の困りごとや相談を専門職につなげます。本年もよろしくお願いたします。

会費や募金の一部は、地域福祉に還元!!

各自自治会で集めていただいている、社協会費の50%、日赤募金の10%、共同募金の20%は、赤ちゃんや一人暮らし高齢者の訪問、配食など様々な地域福祉活動に還元され有効活用させていただきます。ありがとうございます。



月	日	曜日	午 前	午 後	夜 間	
2022年	5	水	広報配布	絵手紙		
	6	木				
	7	金	なかよし広場			
	8	土	ひだまり(どんど準備)		町協役員会	
	9	日	ひだまり(どんど)		四区自治会	
	10	月				
	11	火	エアロビクス	ひだまり準備		
	12	水	ひだまり配食	ヨガとピラティス こども絵画教室	つぼみの会	
	13	木	己書うっちゃん道場	はつらつ♪らんらん*健康教室 はつらつ元気隊		
	14	金	まちの保健室	まちの保健室	民謡サークル	
	15	土	町協総務会	歌謡教室		
	16	日	休館日			
	17	月	スリーアール(ヨガ)	スクエアステップ 習研の会		
	18	火	エアロビクス	ひだまり準備 絵画教室		
	19	水	ひだまり配食			
	1月	20	木			
		21	金			
		22	土		歌謡教室 吟詠会	
		23	日			
		24	月	スリーアール(ヨガ) 書道の会	ひだまり役員会 習研の会	ベルブーケ
		25	火		ひだまり準備 絵画教室	
		26	水	ひだまり会食・配食	ヨガとピラティス こども絵画教室	つぼみの会
		27	木		主催学級映画上映会『ラ・ラ・ランド』	
		28	金			民謡サークル
		29	土			
		30	日			
		31	月	スリーアール(ヨガ)	鶴乃会	
	2022年	1	火	エアロビクス	ひだまり準備 絵画教室	
		2	水	ひだまり配食	絵手紙	
		3	木			
		4	金	なかよし広場		
5		土		歌謡教室	町協役員会	
6		日				
7		月	広報配布 スリーアール(ヨガ)	にこにこクッキング 習研の会		
8		火		ひだまり準備		
9		水	ひだまり配食	ヨガとピラティス こども絵画教室	つぼみの会	
10		木		はつらつ♪らんらん*健康教室 はつらつ元気隊		

町協・・・すずらん台町づくり協議会

市民センターより

利用者の皆様へお願い

いつも市民センター活動にご理解、ご協力ありがとうございます。ご利用にあたって下記の点ご注意くださいよう、よろしくお願いいたします。

- 夜間・土日祝の予約は 3日前までに!**
夜間、土日、祝日のご利用は利用日の3日前までに予約いただきますようお願いいたします。人員の確保、円滑な運営のためにご理解のほどお願い申し上げます。
- 暖房の消し忘れに注意!**
各室を使用後、暖房のスイッチを切ったか必ずご確認の上退室をお願いします。

市民センターより



サークル代表者の皆さんへ

登録申請書提出のお願い

2022年度サークル登録の申請用紙を1月中旬に各サークル様のメールボックスに入れさせていただきます。お忙しいところ恐縮ですが、提出期限までにご提出をお願いいたします。

提出期限:2022年3月15日(火)
※ご不明な点は市民センター(68-1007)へお願いします。

なかよし広場の開催日

 **2月**  **2月4日(金)**

★2月は「身体計測」です。

場 所 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。名張市こども支援センターかがやきから職員の方がきて子育ての相談や、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。

