



- 1面..... 新年の御挨拶
- 1、2面..... 主催学級のお知らせ
- 2面..... その他お知らせ
- 3面..... 民生だより
- 3面..... 12月主催学級ご報告
- 4面..... 月間予定表

2023年(令和5年)1月号

すずらん台の人口(2022年12月1日現在)					
男性	1732人	(前月比-4人)	女性	1765人	(前月比±0人)
合計	3497人	(前月比-4人)	世帯数	1587世帯	(前月比-3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ニュースは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!

2023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★**



新年明けまして

おめでとつございます  
 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。

旧年中は引き続き新型コロナウイルス感染症に振り回された一年でしたが、対応について段階的に緩やかになってきた中での作品展の開催、センター主催の学級やカルチャースずらん・体操教室等々、様々な場面でのご参加、ご協力有難うございました。

本年に於いても、コロナの終息が見えないですが旧年以上の催しを計画し、実施したく考えておりますので、皆様のご協力、ご参加の程宜しくお願い申し上げます。



すずらん台市民センター  
 館長 横田正明  
 職員一同

2023年1月度主催学級

基礎からわかるSDGs

〜ふろしき活用講座〜(再掲)

★名張市ケンコーマイレージ対象

2023年1月20日(金) 13:30~15:00頃

日時 市民センター 大ホール  
 講師 三重県環境学習情報センター 坂崎様  
 参加費 無料 定員 20名  
 持ち物 ふろしき(お持ちの方※無い方は貸してもらえます)。  
 マイレージカード(お持ちの方※無い方は当日お渡しします。マスク着用)

申込み 受付中



近ごろテレビなどのメディアでSDGs(エスディージーズ)という言葉をよく耳にしますよね。「持続可能な開発目標」と訳されますが、もう一つ実感が...。そこでこの機会により良い地球、より良い未来を子どもたちに残すために私たちは日頃どんなことをすればいいか、ふろしきという日本古来のアイテムを使って学びたいと思います。難しく考えず、身近なこと、できることがたくさんありますよ! おうちで眠ってるふろしきの活用術にも役立ちます!

※『味噌作り』の募集要項は次ページに掲載しています。



お申し込み・お問い合わせは市民センター(68-1007)へ

# 味噌作り

初心者さんも  
大歓迎!!

日時 2023年3月9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

定員 各5名 (先着順)

場所 ①、②市民センター クッキングルーム ③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 2023年1月17日(火) 8:30より受付開始(1月31日(火)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 ☎ 68-11007 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 2023年2月10日(金)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 36 cm 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、当日お忘れのないよう各自でご準備ください。詳細は個別にご連絡します。

### ①、②の市民センター制作お申し込みの方へ

※大豆は事前にお渡しし、**前日 3/8(水)まで**にご家庭で煮て当日持参していただきます。

### ③の自宅制作お申し込みの方へ

大豆お渡し日 3月2日(木) ~ 3月7日(火)の間(土日除く)  
麴お渡し日 3月9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。仕入先のご尽力で材料の値上がりはありません!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。



## なかよし広場の開催日

感染対策を徹底して実施しています。

**1月 1月6日(金)**

★1月は「みんなであそぼう」です。

**2月 2月3日(金)**

★2月は「身体計測」です。ベビーやキッズの成長は早いものです。ベビー用の体重計もあるのでお気軽にご参加ください。

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。名張市子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。保護者同士の交流の場にも!気軽にのぞきにきてください。



## 新型コロナウイルスに関する

### 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。

## 己書(おのれしょ)メンバー募集中!!

今年6月市民センターの主催学級で体験講座を開催し、作品展でも作品を展示した己書(おのれしょ)のサークルがこの度名張市の登録サークルに登録され、10月から当市民センターで活動されています。ただ今メンバーを募集しています。興味のある方はぜひご参加を!お待ちしております。

講師 日本己書道場師範  
うっちゃん道場  
仲内智津子 様  
※要事前予約:080-2668-9571へ

日時 毎月第2木曜 10:00~12:00  
場所 市民センター アトリエ  
参加費 2,200円(初回1,100円)  
持ち物 指定の筆ペン  
(当日貸出、販売あり)

【己書(おのれしょ)とは】…筆ペンで書き方や書き順にとらわれず自由に表現する、自分だけのオンリーワンの書アートです。字のうまい下手は関係ありません。簡単なコツを学び、楽しく描きましょう。





## 民生・児童委員の改選

### 新メンバーで地域福祉に努めます

3年に一度の民生・児童委員の改選により、昨年12月1日付で厚生労働大臣の委嘱を受けて今期の委員が選任されました。地域の実情を把握し、生活上の相談に応じて、関係機関や専門職につなげます。主に主任児童委員は子どもに関わるご相談を担当します。

新しい年を迎え、すずらん台地区社会福祉協議会の活動と共に、健康で安心して暮らせる地域福祉の増進に努めます。新メンバーを紹介しますのでよろしく願います。

#### 【民生・児童委員】

- 1区 東 美代子 (西1担当)
- 高橋 哲郎 (西2担当)
- 2区 橋井 泉美 (西3担当)
- 山本 理恵 (西4担当)
- 3区 小林 由子 (東1担当)
- 帯谷 幸江 (東5担当)
- 4区 和田 眞由美 (東2・3一部担当)
- 中川 安廣 (東3一部・4担当)

#### 【主任児童委員】

- 山口 弘美 (すずらん台全域)

## 募金の一部は、地域福祉に還元!!

各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ています。すずらん台地区社協・民生児童委員の活動で有効活用し喜ばれています。今年も、皆様のご協力をお願いします。



お問い合わせは  
市民センター(68-1007)へ



## 民生だより

## 12月の主催学級報告

### ◆主催学級「寄せ植え講座」

12月9日(金)

今回講師に、FLORETの増田様にお越しいただきまして、市民センターでは久々の開催となります寄せ植えの講座を開催しました。目の前の可愛らしいお花たちに皆さんもニコニコ笑顔♪まずは、講師より準備していただいたお花の特徴等の説明を聞き、イメージして鉢の中にバランスよく配置し、さあ実践!材料は同じお花ですが一人一人のとてもブラボー!な寄せ植えができました。春には鉢いっぱいのお花たち楽しみですね!ご指導いただきました増田様・ご参加いただきました皆さまありがとうございます。華やかな玄関先で年末年始を過ごしていただけると嬉しいです。(今回準備いただいたお花・葉ボタン・ガーデンスクラメン・ビオラ・アリッサム)

赤の飾品で  
一層華やかに!



### ◆主催学級「救命講習」

12月16日(金)

名張消防署救命室の越村様・松原様にお越しいただき、7名の方が90分の救命入門コースを受講されました。一人一人人体模型をお借りして、まずは胸骨圧迫の必要性と説明を聞き実践しました。次はAEDの取り扱いについて説明を受けました。中には数年前に講習を受けた方もおられました。中には数年前の講習を受けた方もおられました。ご指導いただきました増田様・ご参加いただきました皆さまありがとうございます。華やかな玄関先で年末年始を過ごしていただけると嬉しいです。(今回準備いただいたお花・葉ボタン・ガーデンスクラメン・ビオラ・アリッサム)



### ◆「レッツトライ いすで体操」⑧回目: 12月27日(火)

5月から始まったこの体操教室も今回で8回目、残すところあと3回となりました。開始前の講師の要先生と受講生の皆さんの団らんも恒例の風景です。今回も前半は筋肉と関節の動きを意識した体操、後半はリズム体操で体がポカポカ温まりました。最後には先生から皆さんへの年納め(?)のプレゼントもありました。このご縁を次年度へつなげていけたらと思っています。



親睦すずらん主催 懐かしの映画会

## 「上を向いて歩こう」

出演 坂元九 浜田光夫 吉永小百合  
高橋英樹 他

いつの時代にも、ニッポンを勇気づけてきた「上を向いて歩こう」を吉永小百合、浜田光夫、高橋英樹ら日活青春スターと坂本九の豪華共演で映画化! 1962年、東京オリンピック

ク前夜の東京を舞台に若さゆえ、傷つき、悩みながらも、ポジティブに前を向いて生きていこうとする、若者たちの姿を感動的に描いた作品です。

日時 1月24日(火) 午後1:30~  
場所 市民センター 大ホール  
参加費 無料(申込み不要、先着35名)  
問合せ 和田四十八まで



月	日	曜日	午 前	午 後	夜 間	
2023年	5	木	広報配布			
	6	金	なかよし広場			
	7	土	どんど保存会	歌謡教室	町協役員会	
	8	日	どんど保存会			
	9	月				
	10	火	エアロビクス	ひだまり準備 絵画教室		
	11	水	ひだまり配食	ヨガとピラティス こども絵画教室	スリーアール(ダンス) つぼみの会	
	12	木	己書筆文字サークル	はつらつ♪らんらん*健康教室 はつらつ元気隊		
	13	金				
	14	土				
	15	日	町協総務会	四区自治会		
	16	月	スリーアール(ヨガ)	スクエアステップ 習研の会		
	17	火	エアロビクス	ひだまり準備		
	18	水	ひだまり配食	民謡サークル		
	19	木		メロディカフェ		
	20	金		主催「基礎からわかる SDGs」		
	21	土		歌謡教室		
	22	日				
	23	月	スリーアール(ヨガ) 書道の会	ひだまり役員会 鶴乃会 習研の会		
	24	火	レッツトライいすで体操	ひだまり準備 親睦すずらん 絵画教室		
	25	水	ひだまり会食・配食 地区社協(控室)	ヨガとピラティス こども絵画	スリーアール(ダンス) つぼみの会	
	26	木	(屋外)はつらつウォーキング			
	27	金				
	28	土		吟詠会		
	29	日				
	30	月	スリーアール(ヨガ)	習研の会		
	31	火	まちの保健室(上映会)	ひだまり準備 まちの保健室(上映会) 絵画教室		
	2023年	1	水	ひだまり配食	絵手紙 民謡サークル	
		2	木			
		3	金	なかよし広場		
		4	土		歌謡教室	町協役員会
5		日				
6		月	広報配布 スリーアール(ヨガ)	習研の会		
7		火	エアロビクス	ひだまり準備 絵画教室		
8		水	ひだまり配食	ヨガとピラティス こども絵画	つぼみの会	
9		木	己書筆文字サークル	はつらつ♪らんらん*健康教室 はつらつ元気隊		
10		金				

町協・・・地縁法人すずらん台町づくり協議会

## スタンド式体温計と消毒台が新しくなりました！



名張市より提供されたスタンド式体温計と消毒台を市民センター玄関に新たに設置しました。

体温計は顔認識サーモグラフィカメラで検温しますので、画面に顔を近づけるだけで検温できます。

消毒台は足踏みペダル式です。市民センターにお越しの際はご活用ください。

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

2023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て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:2023年3月15日(水)**

※ご不明な点は市民センター(68-1007)へお問い合わせください。