

「はい、泳げません」

日時 8月29日(金) 10:00～12:00頃

場所 市民センター 大ホール

定員 45名 参加費 無料

持ち物 座布団、羽織るもの(※冷房対策として、必要な方)

受付 8月18日(月) 8:30より受付
開始*お申し込みは☎68-1007または窓口まで(定員になり次第締め切ります)

【あらすじ】大学で哲学を教えている小鳥遊雄司は水に顔をつけることが怖く、泳ぐことができない。これまで言い訳ばかりして水を避け続けてきたが、ひょんなことから水泳教室に通うことになる。そこで出会った水中の方が生きやすいという風変わりな水泳コーチ・薄原静香に強引に入会を勧められた雄司は、水への恐怖で大騒ぎしながらもレッスンを続けるが…。



【監督】渡辺謙作
【出演】長谷川博己、綾瀬はるか

初心者のための

多肉植物寄せ植え講座

日時 9月29日(月) 10:00～11:30頃

場所 市民センター アトリエ

講師 吉川 和恵 様

定員 16名 参加費 1000円



持ち物 ピンセット、持ち帰り用袋

※必要な方は眼鏡など

申込み 8月26日(火) 8:30より受付開始
*お申し込みは☎68-1007または窓口まで定員になり次第締め切ります
作品は10月12日(日)開催の市民センターまつりでの展示にご協力をお願いします。

9月度の主催学級は多肉植物の寄せ植えに挑戦です。多肉植物はぷっくりとした葉や茎に水分を蓄える植物で、たくさんの種類があり、かわいらしい見た目や比較的管理しやすいことから近年人気があります。今回は多方面で活躍されている吉川さんを講師にお迎えし寄せ植えのコツや管理の仕方などを教えていただきます。基本の材料は一人分ずつセットにしています。追加で選ぶこともできます。小ささまざまな多肉植物を盛りだくさんに寄せ植えしましょう。



写真はイメージです。

今後の学級日程

① 押し花体験教室 8月8日(金) 10:00～
【注】8月度の「レトリライイすで体操」は**お休み**です。
9月度は9月30日(第5火曜日) 10:00～です。

※受講生の皆さんは再確認をお願いします。
お休みされる場合は事前に連絡をお願いします。
ます。(68-1007)★レトリライイすで体操は今年度より連絡不要です。

7月の主催学級報告

◆男の料理教室②回目

7月10日(木)
6名の参加者と講師2名、及びセンター職員で開催しました。

今回の献立は、夏にぴったりの「冷やし中華」と「バナナマフィン(カップケーキ)」です。

錦糸卵は、講師の方々に教えてもらいながら各自で薄焼き、細切りに挑戦しました。細いや太いのちよつと焦げたの様々でしたが、冷やし中華に盛り付けおいしくいただきました。



食後はローズマリーのお茶と一緒にカップケーキをいただきました。(カップケーキひとつはお土産にしました)

◆主催学級「組みひものブレスレット作り」：7月11日(金)

講師に組みひも作家の中内中様にお越しいただきブレスレットにもネットレスにもなる作品制作に挑戦しました。受付開始後すぐに定員に達する人気ぶり



で急ぎよ定員の枠を増やしての開催となりました。席にセットされた色とりどりの絹の糸

にわくわくしながらいざ制作にとりかかると…あれれ?!なんかおかしいなあーと途中まで戻る事になり先生に助けにきてもらったり、参加者さん同士で助け合う姿もあつたり…仕上げに板にのせコロコロすると一瞬で形が整い、最後は先生に金具を付けてもらい完成です。予定より延長にもなりお疲れもあつたと思いますが、達成感も感じるどれも素敵な作品が完成しましたね♪こちらの作品も秋の市民センターまつりで展示させていただきます😊

◆カルチャーすずらん

「うたつて踊ってピアノ♪」

7月14日(月)

梅雨が明け夏到来!という事で夏の歌をメインに浦田先生のピアノ伴奏に合わせ一緒に歌ったり、途中なんと!ピアノの生伴奏でラジオ体操をするという貴重な体験をしたり、楽器を使って歌ったりもしました。

今回歌唱した「海」憧れのハワイ航路「我は海の子」すずらん台賛歌「め組の人」トルコ行進曲等などの他、リクエスト曲で「坊がする賛歌」宗右衛門町ブルースでは希望者が前に出て「わわわわ〜」の振りわりの振り付きのコーラスも入りましたよ♪ラストはアンコールの声が上ががり「恋のバカ



わわわわ〜♪

ンス」を歌って今回のカルチャーすずらん3回連続講座「歌って踊ってピアノ♪」は終了となりました。浦田先生・ご参加いただきました皆様ありがとうございました!

◆カルチャーすずらん「すずらん歴史講座」ひめみこの寺夏見廃寺

7月17日(木)

朝から本降りの雨の日となりましたが、今年で4年目を迎えます3回連続歴史講座の1回目がスタートしました。今回は15名の方が受講していただきました。

始まって間もなく突然停電が…!ちよつと焦りましたがすぐ復旧しました。



講師は名張市郷土資料館文化財専門員の門田了三様にお越しいただき講話していただきました。今回のテーマは「ひめみこの寺 夏見廃寺」1回目では夏見廃寺ができるまでを学びました。夏見廃寺(昌福寺)を建立した大来皇女のおくひめみこは生・没年月日両方が文献に残っている貴重な人物であることなど学びました。次回は9月18日(木)です。門田先生、ご参加いただきました皆様足元の悪い中ありがとうございました!

市民センターより

市民センターまつり全体説明会 開催のお知らせ

左記の日程で開催いたします。ご出席の程よろしくお願いいたします。

日時 2025年9月6日(土) 10:00～12:00頃

場所 市民センター 大ホール

●代表者が出席できない場合は代理の方のご出席をお願いいたします。
●出席いただく皆様には個別にご案内をお届けします。

お休みのお知らせ

市民センター夏季休業日、休館日のお知らせ
8月15日(金)、16日(土) ……夏季休業日
8月17日(日) ……休館日
※窓口業務、貸館業務を全てお休みさせていただきます。

ご利用者の皆さんへ

防ごう!熱中症!!

8月になり、猛暑、酷暑の日が続きます。サークル、その他活動の際には、各自飲み物をご用意いただき、こまめな水分補給と適度な休息をお願いします。

熱中症警戒アラート発令中は…

三重県に熱中症警戒アラートが発令されている場合は、各団体さんで活動をされるかどうかご検討をお願いいたします。もし自粛される場合は市民センターへキャンセルのご一報をお願いします。 ☎68-1007

避難所が開設された場合は…

台風や大雨で市民センターに避難所が開設された場合は、サークル等の活動は中断、終了していただきます。非常時の対応となりますので皆様にはご了承をお願いします。

民生だより

「高齢者実態調査」9月から実施

75歳以上の「一人暮らし」と「世帯」対象

毎年、名張市からの依頼を受けて実施している「高齢者実態調査」は、今年11月末をもって、民生委員児童委員が改選されるため、例年より一か月早く9月から訪問を実施いたします。調査対象者について、今までお一人暮らしは70歳以上でしたが75歳以上に変更されました。ただし、70歳から74歳で様々な事情があり見守りが必要と思われる場合は、調査対象として民生委員児童委員が訪問いたします。所帯については、今まで通り75歳以上で変わりありません。対象者の皆さんのご協力をお願いいたします。

又、名張市社会福祉協議会から「救急医療情報キット」更新の依頼がありました。急病で、救急車を呼ぶなど「もしも…」のときに備えて、かかりつけ医や服薬内容などの医療情報を入れた「救急医療情報キット」を、冷蔵庫に保管し、玄関裏にキットのシールを張って置くと、万が一の際に駆けつけた救急隊員が「救急医療活動」に活用し「命の情報」となります。設置されている方の更新確認のため「高齢者実態調査」と合わせて訪問いたします。



「救急医療情報キット」のお申込みなどは、民生委員児童委員にご相談ください。まだまだ暑さ厳しい折、お身体を大切に過ごしてください。