

手作りみそ講習会

日時 2026年3月12日(木)

①「センター製作の部」9:30～12:00頃

・定員 8名(先着順)

場所 市民センター クッキングルームにて

②「自宅製作の部」

場所 ご自宅にて

お世話人 菊池様、小栗様

材料費 3500円程度(みそ5kgの場合 ※大豆引渡し時にお支払い下さい。)

申込み 1月14日(水) 8:30 受付開始(1月30日(金)締切り)

①、②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

※キャンセル等は年2月6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(みそ5kgの場合)
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、マスクなど
★ご注意！：粗塩、酒かすは無いとお味噌が作れませんので、当日お忘れないう各自でご準備ください。詳細は個別にご連絡します。

①の市民センター製作お申し込みの方へ

大豆お渡し日 3月5日(木)又は3月6日(金)
お渡し時間 8:30～16:30
※大豆は事前にお渡しし、**前日 3/11(水)まで**にご家庭で煮て当日持参していただきます。

②の自宅製作お申込みの方へ

大豆お渡し日 3月5日(木)又は3月6日(金)
麴お渡し日 3月12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。
※上記の日時に受け取りに来られない方はご相談ください



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です。(10kgも可)「おいしくて懐かしい味がする」と好評です。※大豆の作柄により品質の多少の良しあしはご了承ください。



初心者さん大歓迎!!
手作りみそに挑戦しませんか?

市民センター利用料金・利用時間が変わります

先月号でもお知らせしましたが、**2026年4月より**名張全市の市民センターで利用料金・ご利用時間が変わります。今月号では登録サークル等一部免除団体の利用料金表についてお知らせします。(下表)

	サークル等基本額(1時間あたり)	
	改定前	改定後
	午前9時から午後6時まで	午前9時から午後9時まで
大ホール	150円	230円
小ホール	100円	130円
ホール全体	200円	380円
ミーティングルーム	100円	130円
アトリエ	100円	130円
クッキングルーム	150円	230円
和室8畳	50円	80円
和室6畳	50円	80円

● 休日利用は一般基本額×1.5、平日の営利目的利用は基本額×3、休日の営利目的利用は基本額×4.5です。

市民センターよりサークル代表者の皆さんへ

サークル登録申請書提出のお願い

2026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内容をご確認いただき、提出期限までにご提出をお願いいたします。

提出期限:2026年3月19日(木)

※ご不明な点は市民センター(68・1007)へお願いします。

書きそんじはがき、年賀状の収集ご協力お願い

市民センター窓口の名張ユネスコ協会より『書きそんじハガキ回収ボックス』が設置されています。

★以下のようなものご協力をお願いします。

- 書き間違えたり余った年賀ハガキ、郵便ハガキ
- 未使用切手、未使用プリペイドカード(QUOカード、テレホンカードなど)、使用済み切手(切手の周りを1cmほど残して切り取ってください。)

今後の学級日程

① 男の料理教室⑤回目 1月8日(木) 10:00～
② レットトライいすで体操⑨回目 1月27日(火) 10:00～

※当番の方は9:40集合

③ みえ出前トーク「食品ロスを減らそう」 1月30日(金) 10:00～

※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。(68・1007)★レットトライいすで体操は今年度より連絡不要です。

12月の主催学級報告

◇カルチャーすずらん「チェアバレトン体験教室」③回目:12月9日(火)

3回連続で開催してきたチェアバレトン体験教室の最終回を開催しました。講師の森岡美先生をお迎えし、今回は最終回ということで少し難しい動きにも挑戦しました。



クリスマスマスソングに合わせ、先生の元氣な掛け声のもと行うと5分ほどがあつたという間、体もぼかばかとしてきました。頭と体をフル活用したチェアバレトン教室、楽しかったですね。アンケートでも「続けたい」「楽しかった」「ちよūdよい運動量だった」というご意見が多数でした。森先生、ご参加いただいた皆さんありがとうございます。

◇男の料理教室④回目

12月11日(木)

年内最後の「男の料理教室」を9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。第4回は、忘年会を兼ねて「水炊き」の鍋を皆さんで囲みまし

た。いつものように、講師2名、及びセンター職員で開催した。第4回は、忘年会を兼ねて「水炊き」の鍋を皆さんで囲みまし

民生・児童委員			
	氏名	担当地区名	連絡先
一区	東 美代子	西 1	080-3651-9739
	高橋 哲郎	西 2	090-7030-0311
二区	奈河 政美	西 3	090-3281-0431
	山本 理恵	西 4	090-1834-4336
三区	渡邊 照士	東 1	090-5877-5072
	原田 辰夫	東 5	090-4195-9366
四区	和田 眞由美	東 2～3	090-9025-5371
	長曾 英子	東 3～4	090-3563-3399
主任児童委員 ※主に児童を担当			
	山口 弘美	地区内	090-4114-4084

なかよし広場の開催日

1月 1月9日(金)

★内容:楽器であそぼう

3月 3月6日(金)

★内容:記念製作

場所 市民センター 和室

時間 10:00～11:30頃



なかよし広場終了のお知らせ

子育てサロンとして、地域の皆さんに親しまれてきたなかよし広場ですが、3月をもって終了することとなりました。長い間ありがとうございました。

なお、子育てサークル「ちびっこクラブ」は引き続き活動しますので、ご興味のある保護者の方はまちの保健室(68-5700)へお問い合わせください

民生・児童委員の改選、新メンバーの紹介

昨年の十二月、全国一斉に民生・児童委員の改選三年に一度が行われました。厚生労働大臣から委嘱を受けて選任された新しい民生・児童委員を紹介いたします。地域の皆さん、よろしく願いいたします。民生児童委員は、「支えあつ、住みよい社会、地域から」を目標に、誰もが住み慣れたすずらん台で、仲良く元気に安心して暮らせるよう、お手伝いしていきます。



が対応していますので、「身近な相談相手」としてお声かけください。



住み慣れた地域で仲間といきいき輝く人生を！親睦すずらんより

なつかしの映画会のお知らせ

上映作品:『男はつらいよ』

～柴又より愛をこめて～

【出演】 渥美 清、倍賞千恵子、吉岡秀隆、栗原小巻 他

日時 1月23日(金) 午後1:30～

場所 市民センター 大ホール 参加費 無料(申込不要)

お問合せは 和田四十八(080-2627-4928)まで

【あらすじ】晩秋、たこ社長の娘・明美の家出騒動で一同に頼まれて寅さんは下田へ向かう。明美は帰りたくない駄々をこね、仕方なく式根島の汽船に乗り込む二人は船室で島の同窓会に帰る若者たちと知り合う。寅次郎は島で出迎えた美人の満知子先生に一目ぼれ…。

