

広報ゆりがおか

2025年4月



発行：一般社団法人青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会
連絡先：百合が丘市民センター
TEL 64-6466 FAX 64-6467
E-mail yurigaoka-ko@emachi-nabari.jp

掲示板 <2025年4月>

団体・行事名	実施日	実施時間	実施場所
あいさつ運動	登校日	7:50~8:10	百合小学校前
クリーンゆり	27(日)	9:00~	前山公園集合
ゆこゆこシネマサロン	10(木)	13:30~	ふれあいサロンゆこゆこ
シネマサロン	24(木)	13:30~	ふれあいサロンゆこゆこ
さわやかサロン	3,17(木)	10:00~	東第3集会所
お茶べりサロン	7(月)	10:00~	西第2集会所
サロン・ボンジュール	4,18(金)	13:30~	東第2集会所
東5番町花木の会サロン	7,21(月)	9:30~11:50	東第2集会所
防災無線通信テスト	6(日)	17:30~	市民センター
百合小こどもクラブ	4月はおやすみ		
みんなの楽しい映画会	26(土)	10:00~	市民センター
配食サービス(ゆりの花)	2,9,16,23(水)		市民センター



地域の広場・子育てサロン・子育てサークル



団体・行事名	実施日	実施時間	実施場所
Skip 広場	8(火)	10:00~11:30	市民センター
親子サロン	4,18(金)	10:00~11:30	ふれあいサロンゆこゆこ
キキ・ブチ	9,23(水)	10:00~14:00	東第3集会所
障害児親子サロン「SKY」	26(土)	9:00~12:00	東第3集会所

古紙回収日程表

回収地区、回収日は違いますので、ご注意ください。

	南百合が丘 西1~6・東1・9 【毎月第1・3土曜日】	東2~8 【毎月第2・4日曜日】
4月	5, 19	13, 27
5月	3, 17	11, 25

※ 回収による売上金は、地域の防犯灯の電気代や自治会活動の為に利用されますので、ご協力をお願い致します。

配食ボランティア追加募集！



配食サービス「ゆりの花」は65歳以上の高齢者の方に毎週水曜日(月4回)に配食を行っています。
この配食の調理と配達をしていただくボランティアを募集致します。
ボランティアの協力者が少なく、現在苦労しています。
是非、ご協力お願いいたします。

グループ全員、和気あいあいと活動していますのでお気軽にご参加下さい。

- ・調理担当：月1回 8時30分から13時30分頃まで
- ・配達担当：月2回程度 11時00分から12時00分頃まで

ご協力いただける方は、百合が丘市民センター(☎64-6466)までご連絡ください。詳細な説明をさせていただきます。(男女は問いません)

歩こう会

3月の目標達成者
(毎月25日締切)

百合小校区
防犯パトロール隊

<3月度実績>
通常パトロール屋8回
●各巡回とも特に異常なし
地域の安全を見守る協力者
募集中です！

令和7年度 自治会会長(案)について

令和7年度の自治会会長が下記のように決まりました。なお、自治会長は自動的に令和7年度の理事に就任されます。1年間よろしく願います。
自治会長の連絡先は協議会事務局(☎64-6466)までお問合せください。

役職名	氏名	新任
東1番町 自治会長	松尾 和枝	○
東2番町 //	中尾 美恵	○
東3番町 //	山田 史司	○
東4番町 //	渋谷 久利	○
東5番町 //	秋山 裕子	○
東6・7番町 //	長谷川 功	
東8番町 //	山中 孝介	○
東9番町 //	田中 敬一	○
西1番町 //	福井 貴久	○
西2・5番町 //	植村 達司	○
西3・6番町 //	雪岡 みき	○
西4番町 //	赤股 勇輝	○
南百合が丘 //	辻本 陽子	○
青蓮寺 //	川岡 均	

<令和7年度集会所管理人>

4月からの1年間、よろしく願います。

名称	氏名	住所
東第1集会所	宮森 重満	東3番町
東第2集会所	八木 美由起	東5番町
東第3集会所	海老原 久美子	東7番町
西第1集会所	吉川 寧子	西1番町
西第2集会所	杉森 和博	西4番町
南百合が丘集会所	西谷 松男	南百合が丘

なお、管理人の電話番号は市民センター(☎64-6466)までお問い合わせください。

Skip 広場からお知らせ

4月8日(火)

10:00~11:30

市民センター多目的ホール

スキップ広場は、かがやきの保育士さんが来てくれます。

☆お申し込み・参加費は不要です☆

たくさんのご参加お待ちしております♪



一般社団法人青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会 3月理事会の議題の報告

3月の理事会の議題を報告します。理事会の議事録は別途自治会内で回覧されます。なお、理事会の参加状況は理事総数26名の内23名出席でした。

【日時】3月8日(土) 午後7時30分~9時10分

【場所】市民センター 多目的ホール

【議題】

《審議事項》

- (1) 2025年度予算の承認について
- (2) 地縁法人百合が丘東西自治会 2025年度予算の承認について
- (3) 定款等の改正について
・資産管理委員会規程、固定資産及び備品管理規程の改正案承認
- (4) 社協補助金の分配について

《報告事項》

- (1) センター職員の採用について
- (2) 今後の予定再確認
・地域功労者表彰推薦報告
・監事、代議員、部会担当(代表等)の選任報告
・次年度理事(自治会会長、部会長等)選出会議
・総会議案書の活動報告(案)、活動計画(案)
- (3) 各部会報告、その他



百合が丘市民センターの電気料金等の改定について

この度10年以上料金改定を見合わせてきました当市民センターの電気料金、冷暖房料金につきまして、昨今の電気代の高騰を受け、下記のとおり改定させていただくことになりましたのでお知らせ致します。何卒ご理解ご協力のほどお願い申し上げます

百合が丘市民センター 基 本 (単発)		使用料(1時間当り) (単位:円)				
区 分	面 積	居 室 料		電 灯 料	冷 房 料	暖 房 料
		昼間 (9時~18時)	夜間 (18時~22時)			
多目的ホール	163	600 (900)	720 (1080)	100	600	650
コミュニティ談話室	18	100 (150)	120 (180)	20	150	180
和 室	25	100 (150)	120 (180)	20	150	180
調理実習室	69	300 (450)	360 (540)	50	400	430
創作活動室	54	300 (450)	360 (540)	30	250	280
会議室 (全室)	78	300 (450)	360 (540)	40	400	460
会議室 (大)	42	200 (300)	240 (360)	20	200	230
会議室 (小)	36	200 (300)	240 (360)	20	200	230

「みんなの楽しい映画会」開催のお知らせ

【日 時】 2025年4月26日(土) 10:00~11:30
 【場 所】 百合が丘市民センター 小会議室
 【作 品】 [チキン・リトル] ディズニー・ピクサー映画 上映時間81分
 ※都合により、上映内容が変更になる場合があります。
 教育文化部会「百合小こどもクラブ」



春の市民センター恒例！ こいのぼり&武者人形展示

日本にある「五節句」のひとつ、「端午の節句」には「五月人形」や「鯉のぼり」などで「お祝い」をします。

今年も市民センターでは、交通事故や病気から大切な子どもを守ってくれるようにという願いを込めた「武者人形」と、子どもがどんな環境にも耐え立派な人になるようにとの立身出世を願う「鯉のぼり」を飾ります。

玄関で眼をむく勇ましい「武者人形」と風に乘って気持ちよく泳ぐ「鯉のぼり」の姿を見に来てください！

「武者人形」と「鯉のぼり」の展示は5月中旬まで行っています。



「KAPLA(カブラ)」ワールド開催のご案内と 憩いの里ライフテクノフィールド(名張市民ホッケー場)開放のお知らせ

市民センター多目的ホールに、毎年恒例の魔法の積み木「KAPLA(カブラ)」を6000ピースをご用意します。
 また、5月5日(月・祝日)に「憩いの里ライフテクノフィールド(名張市民ホッケー場)」を開放しますので、自由に遊んでください。

1. KAPLA ワールド

・日時 5月4日(日・祝日) 10:00~16:00
 5月5日(月・祝日) 10:00~16:00

・場所 百合が丘市民センター 多目的ホール

★参加無料 自由に入退場できます。

★積み木の積み方も指導します。

★大人も子どもも楽しめます。

※各日の11時・14時にはどなたでも参加できる「カブラチャレンジ大会」を開催します。



2. 憩いの里ライフテクノフィールド(名張市民ホッケー場)の開放

・開放日 5月5日(月・祝日) 10:00~16:00

・場所 憩いの里ライフテクノフィールド(名張市民ホッケー場)

★雨天の時は中止です。

★参加無料 自由に入退場できます。

★ホッケー場に入場の際には、入り口に掲載している注意事項を守ってください。

★多少 ボール等の遊び用具は用意してありますのでご利用ください。

3. その他

・駐車場は百合が丘市民センターまたは教育センターをご利用ください。

・当日 市民センターのカフェ(バルーン)も営業しています。

・問い合わせ 百合が丘市民センター 電話 64-6466

主催 一般社団法人 青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会
 教育文化部会
 協力: YJCC

有機質堆肥「カントリースーパー名張」販売中！！

- ・有機性廃棄物を最高100度以上の温度で発酵堆肥化したもの。
- ・高温発酵により病原菌や害虫、雑草の種等は死滅しています。
- ・堆肥に含まれる栄養分により土壌微生物の活動が活性化され土壌中の微生物が増加します。
- ・主要成分は、窒素N:3.12%、リン酸P:3.70%、カリK:1.33程度です。他に、石灰7.52%、酸化マグネシウム0.75%程度を含んでいます。

★3ミリベレットのみの販売となります。

★価 格 1袋15kg入り 200円



なくなり次第販売を終了致します。

ご希望の方は、百合が丘市民センター窓口までお越しください。

百合が丘テニスコート・ゆこゆこテニスコートのご利用をお願いします

生涯スポーツとして、また、ご家族のレジャーにテニスはいかがですか？

百合が丘テニスコートは休館日もテニスコートを

ご利用いただけます(2時間800円 中学生以下半額)

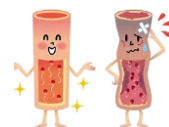
※ 詳しくは市民センター、ゆこゆこ窓口まで



まちの保健室便り4月号

☎64-8600

動脈硬化(血管の老化)



「動脈硬化」とは、血管の壁が厚くなったり硬くなったりした状態です。正常な血管は柔らかく弾力があります。

例えるなら、動脈硬化をおこした血管は古くなったゴムホースのような状態で弾力性がなくなり硬くなっていきます。

動脈硬化は進行しても自覚症状はほとんどなく、そのままにしておくと脳卒中や心筋梗塞等の重大な血管病の発症につながります。

過食や運動不足は血管の老化を進行させるので、減塩や適度な運動で血管を強くしなやかに若返らせましょう。

