

～ 8月 主催学級・講座開催日程 ～

8月10日(日)	9:00～	パソコン教室	まちづくり情報室
8月25日(月)	9:00～	料理教室	名張近鉄ガス



料理教室

市民センター主催・名張近鉄ガス料理教室

【日時】 8月25日(月) 10:00～13:00頃

今回の会場は、近鉄ガスになります。

【場所】 名張近鉄ガス本社2F料理教室(名張市桔梗が丘1番町1街区5番地の1 ☎48-7017)
※駐車に限りがありますので出来る限り公共交通機関をご利用ください。各自で現地へお願い致します。

【講師】 秦 佐知子(料理研究家)

【定員】 18名

【参加費】 750円

【持ち物】 エプロン、布巾、筆記用具

【申込み】 8月8日(金)9時からお電話にてお申込みください。定員になり次第締め切らせていただきます。

※定員に満たない場合は、中止します。

市民センター ☎64-6466



最新機器の機能を使用したメニュー

- * ローストポークのローズマリー風味 サラダ添え
- * 簡単パエリア
- * ごぼうのポターージュ
- * アールグレイのシフォンケーキ(1台お持ち帰り)

第2回

おはなしの会

市民センター主催

「なばい謎解きの楽しみ～乱学事始め」



9月7日(日)

【講師】 名張ふるまち応援団(乱歩生誕祭実行委員)
小島 敏孝さん(百合が丘在住)

13:30～15:00

百合が丘市民センター 多目的ホール

* 申し込み不要 無料 *
たくさんのご参加お待ちしております

あれもないこれもない、つまらないと思っていた自分のまちが、少し視点を変え掘り起こしてみると、出るわ出るわすごいもの。歴史をたどり、物語にふれることで、道端の石ころまでもかがやきはじめます。

今年生誕120年を迎える江戸川乱歩のふるさと名張で、知らなかった乱歩のことやまちの謎解き、探偵ごっこをはじめてみませんか。



<http://www.emachi-nabari.jp/yurigaoka/kouminkan/index.html>

映画会のお知らせ

日時：8月12日(火) 13:30～

場所：市民センター多目的ホール

作品：『永遠の0ゼロ』 上映時間 144分



☆お申込み・参加費は不要です☆

祖母の葬儀の席で会ったことのない実の祖父・宮部久蔵(岡田准一)の存在を聞いた佐伯健太郎(三浦春馬)。進路に迷っていた健太郎は、太平洋戦争の終戦間際に特攻隊員として出撃した零戦パイロットだったという祖父のことが気に掛かり、かつての戦友たちを訪ねる。そして、天才的な技術を持ちながら“海軍一の臆病者”と呼ばれ、生還することにこだわった祖父の思いも寄らない真実を健太郎は知ることとなり……。

※作品は、予告なく変更される場合があります。

たくさんのご来場お待ちしております。

主催学級・講座報告

おはなしの会
7月6日(日)

いつも笑顔で会場に語りかけながら、第一部では生活上に活かせる最適なコミュニケーションの取り方や伝わり方についてお話ししていただき、第二部ではアドバンスで制作されたDVD「宣長さんの歩いた初瀬街道」に出演された時の制作秘話やぜひ見てほしいポイントなどを地図を描きながらわかりやすく紹介していただきました。

なお、次回おはなしの会は9月7日(日)に開催いたします。たくさんの方のご来場お待ちしております。

Skip広場からお知らせ

8月12日(火)

10:00～12:00

市民センター 多目的ホール

『室内遊具遊び』

☆お申込み・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♪

9月のskip広場は…

“応急手当(乳児)講習会”

9月9日(火) 10:00～12:00

市民センター 多目的ホール



AED

9月のskip広場は、名張消防署の方に来て頂き、乳児の応急手当について講習して頂きます。お子様と一緒に聞いていただけますので是非ご参加ください。

サークル紹介のコーナー
今月は…

プリザーブド フラワー教室



プリザーブドフラワーとは、長期保存のできる枯れないお花です。季節に合わせたアレンジやクリスマスリースなど、ステキな作品を作っています。プレゼントやウェディングなどご希望に合わせたオーダー作品なども、お作りいただけます。ご趣味の方から資格コースまで幅広くあります。

【活動日時】毎月第1・2・3金曜日 のいずれか
10:00~12:00

【場 所】市民センター まちづくり情報室

【問合せ先】LA ROSE FLORE(う・ーず・70-う)

講師 富永 ☎090-8865-8513

夏休み子ども映画会

【日時】8月21日(木) 13:30~

【場所】市民センター 多目的ホール

【作品】『プレーンズ』 上映時間92分

ピクサーアニメ「カーズ」の世界観から生まれた、飛行機が主人公のディズニーアニメ。飛行機なのに高所恐怖症な主人公ダスティが、夢をかなえるため奮闘する姿を描く。田舎の農場で働く農業散布機のダスティは、世界最速のレーサーになることを夢見ているが、そもそもレース用飛行機でもないうえ、高所恐怖症のため低空飛行しかできないが現実だった。それでも夢をあきらめきれないダスティは、元海軍の伝説の飛行教官スキッパーの指導を受け、世界を一周するレースへ出場を果たす。最新鋭の性能を誇る飛行機たちに混ざり、最下位ながらも空を駆けるダスティだったが、目の前に世界最高峰のヒマラヤ山脈が立ちはだかる。

☆お申込み・参加費は不要です☆

たくさんのご来場お待ちしております。

まちの保健室便り8月号 ☎64-8600



熱中症の予防

熱中症とは炎天下や高温多湿の環境下で生じる疾患です。

☆日射病(にっしゃびょう)

炎天下で長時間いたり、運動したりすると発症する。頭部・頸部が直射日光で照らされ発症する場合があります。

〈症状〉

めまい、吐き気、脱力、嘔吐、発汗があつて皮膚を触るとじっとり冷たく感じる。顔色が青白い。

《応急処置》

木陰やクーラーの効いた涼しい場所に移し、水分を補給する。(スポーツドリンクが好ましい)

☆熱射病(ねっしゃびょう)

高温な場所で動き回ったとき、地下の作業、マラソンなど激しい運動、炎天下の車内に閉じ込められた子どもなどでの発症が多い。体の熱を十分に発散できないので、熱が体にこもってしまい、高い体温に体が対処しきれなくなった状態。

〈症状〉

初めは多量の発汗が見られ、次第に口の渇き、頭痛、吐き気、倦怠感、ついで発汗は停止し、皮膚は乾燥、意識がなくなる。その他、体内においても様々な不具合がおきる。

《応急処置》早く体温を下げなければならない。濡らしたガーゼを広げ体にあて、扇風機などにより風をあてたり、タオルを水に浸して体を拭き、頭、わき、首すじ、足の付け根などを冷やす。意識がもうろうとしている時、意識がないときは早急に医療機関を受診する。

◎熱中症の予防のポイント

1. 炎天下の環境をさける。
2. 水分をこまめにとる、特に外出や運動前。
3. 長時間、湿度の高いところはさける。
4. 長時間、気温の高いところはさける。
5. 帽子。薄い衣服にする。
6. 体調があまりよくないときは無理をしない。
7. たくさん汗をかいたら、塩分の補給も心がける。



青蓮寺ダム施設見学会のお知らせ



地元にある青蓮寺ダム、日頃は見れないダム管理事務所の設備、管理用モノレールでダムの下までおりの説明など、この機会にダムの役割や効果についてじっくり見学して、説明を聞いてみませんか。

下記日程で実施します。

【実施日】8月26日(火)・28日(木)

【集合場所】百合が丘市民センター

【集合時刻】各日とも、午前9時50分

(見学所要時間1時間30分)

【解散時刻】午前11時45分頃

【定 員】各回先着20名

【申込み先】8月11日午前9時からお電話にてお申込みください。定員になり次第締め切らせていただきます

*市民センターからマイクロバスで送迎します。

今年も…

「スイカの重量当てクイズ」開催!



今年も市民センターの裏庭にあるチャイルドファームで収穫したスイカの重量当てクイズを8月4日(月)~10日(日)の期間で開催します。正解が一番近い方に同等の冷えたスイカを差し上げます。

正解の計量は、8月10日16時に行い、当選者にスイカをお届けします。正解者多数の場合は、抽選で1名様に差し上げます。あなたも重量当てにぜひ挑戦してください。