

# つつじが丘市民センターだより

(発行)つつじが丘市民センター  
名張市つつじが丘北5-73-2  
TEL / FAX: 68-1236

2023年7月号

(つつじ・春日丘)

つつじが丘・春日丘・国津地区ゆるキャラ「えみらる」です!



2023年6月1日現在(前月比)

		つつじが丘		春日丘	
男性	4,370	-9	503	-3	
女性	4,804	-3	520	-3	
総人口	9,174	-12	1,023	-6	
世帯数	4,157	5	338	-1	

## お知らせ センターからのお知らせ

- 6月13日に第1回センター祭り実行委員会を開催、実行委員長に下条教雄さんが選出されました。第30回つつじが丘市民センター祭りは、舞台の部17団体、展示の部10団体、模擬店の部4団体とその他1団体の参加で開催予定です。今年度のテーマはコロナ脱却に伴い、明るい未来に向かって羽ばたくため、『夢のあるセンターへ 友と』のスローガンを掲げ、今年度のオブジェは大輪の花火に皆さんの願いを書いていたいただき、表現したいと思います。
  - 6月25日に管理運営委員会を開催、委員長に肥後幸夫さんが再任、令和4年度業務報告並びに令和5年度事業計画、会計予算について全て承認されました。
  - 7月より、市民センターの展示ケースに己書幸座の作品を展示致します。この機会にぜひご覧下さい。
- ※ お詫び・・・6月号でお知らせした7月の映画上映会「スケアクロウ」ですが、諸般の事情で上映出来なくなりました。代わりに「そして父になる」(監督 是枝裕和・主演 福山雅治)を上映させていただきます。何卒ご了承くださいませ。

## お知らせ 映画上映会・主催講座のご案内

第58回

参加無料

### 映画：そして父になる

日時：7月22日(土) 13:30~

順調な人生を送るエリート社員の男。ある日、妻と6年間育ててきた息子が、出生時に病院で他の子と取り違えられていたことを知る。そして、夫婦は共に過ごした時間と血縁のどちらが大切なのかを考え、苦悩する。

監督：是枝裕和

出演：福山雅治 尾野真千子 他

上映時間：120分

場所：1階多目的ホール

募集人数：60名

受付：受付中です。

(先着順にて。定員になり次第締切ります)



第59回

参加無料

### 映画：永遠の0

日時：8月26日(土) 13:30~

放送作家・百田尚樹のデビュー小説をもとにした戦争ドラマ。現代人の孫の目を通して、第2次世界大戦で散った特攻隊員の悲劇に迫る。

監督：山崎 貴

出演：岡田准一 三浦春馬 井上真央 他

上映時間：144分

場所：1階多目的ホール

募集人数：60名

受付：受付中です。

(先着順にて。定員になり次第締切ります)



## 花フレーム作り(お月見ver)

4月に開催した花フレーム作りの続編です。造花を用いて今回は2L判フォトフレームに飾っていきます。前回よりレベルアップして、お月見の装飾に挑戦です!

日時：8月27日(日)  
9:30~12:30

場所：1階工芸室

対象：どなたでも(但し小学生低学年のお子様は保護者同伴でお願いします)

参加費：500円

募集人数：10名

講師：大林 一美さん

受付：受付中です。



## マクラメ編み

紐や糸を手で編み、結び目を作ることで模様を生み出していく「マクラメ」編みでハンギングプランターを作ります。

日時：9月10日(日)  
9:30~12:00

場所：1階工芸室

対象：どなたでも(但し小学生低学年のお子様は保護者同伴でお願いします)

参加費：500円

募集人数：10名

講師：河野 隆司さん

受付：受付中です。



※各主催講座のお申し込み・各種お問い合わせは窓口又は電話68-1236へ

突撃取材!

# 健康3B体操ダリア

新規会員募集!



活動日：毎週水曜日 13:30~15:00

3B体操は用具を使い、様々な音楽に合わせて行う体操です。運動神経の良し悪しが影響する体操ではなく、運動が苦手、久しぶりという方も安心して楽しんでいただけます。

見学・体験大歓迎！お待ちしております。

会費：2,000円/月  
場所：多目的ホール



代表者さんにインタビュー

- サークル活動を始めたきっかけは？  
日頃の運動不足の解消と友達の紹介です。
- 活動を始めて何年？  
私は25年になりますが、3年から30年の方がおられます。
- サークル活動をやって良かったと思うことは？  
友達が出来た事、身体を動かすことで身体が柔らかくなり、肩こりが解消されたことです。
- これからの抱負を一言  
体操で足腰を無理なく鍛えることも出来るので、体操を長く続けたいです。80歳代の方もおられるので励みになります。

※見学ご入会のお問い合わせはセンター窓口 又は 06-8123-6123 お願いします。

## サークルのご紹介

NEW

# Hapidan (ハピダン)

6月初旬発足

活動日：金曜日 19:30~20:30

(祝日、第5金曜日を除く)

エクササイズダンス、Hiphop・Kpop・チアダンスなど、誰でも踊れる簡単なダンスです。またヨガマットを使用し、ストレッチ・体幹・筋力トレーニングも行っています。



会費：500円/1回  
場所：2階大会議室

代表者さんにインタビュー

- サークル活動を始めたきっかけは？  
仕事！家事！育児！を忘れ、自分の時間を思いっきり楽しめる場所があればいいなあ！と思ったのが大人ダンスHapidanを始めたきっかけです。
- これからの抱負を一言  
来て良かった~と思って貰えるような時間になるよう、これからも努力していきたい。
- 読者の皆さんへ一言  
運動始めたいと思っておられる方、思い切って始めてみませんか？わかりやすく教えてください。お気軽にお越し下さい。



# つつじが丘水彩画クラブ

新規会員大募集!

活動日：第3土曜日 10:00~15:00

(但し、10月は7日)

高原講師の丁寧なご指導のもと、和やかな雰囲気です。水彩画を楽しんでいます。新会員大募集いたします。

- 絵は描きたいけど自信がない...
- 見るのは好きだけど描くのは難しそう...
- 絵なんて中学生以来描いてないけど大丈夫かな...
- 水彩画を本格的に習いたい方...

お気軽にお越しください。

活動日の見学・体験おまちしています。

会費：10,000円/年  
場所：1階工芸室



代表者さんにインタビュー

- サークルに入ったきっかけは？  
絵を見るのが好きで各教室の発表会は欠かさず見学。「上手いなあ、こんな風に描けたらすばらしいなあ」と長年羨ましく思っていました。それを耳にした家内の友人(会員さん)に「ウチへおいで」と誘っていただきました。家内にも背中を押され、思い切って飛び込みました。
- 読者の皆さんへ一言  
もう10年目になりますが、愉快的仲間達に褒められたり冷やかされたり、楽しくやっています。「ヘタでいい、ヘタがいい」がモットーです。



# オートミールクッキー

手軽で簡単、つつじの「のりか」さんのとっておきPart3 簡単おいしいオートミールクッキーのレシピをご紹介します♪

- 1.オーブンは180℃で予熱しておく。
- 2.バターは室温に戻して柔らかくしておく。
- 3.ボールにAを入れてよく混ぜる。
- 4.よく混ぜたAにBを合わせてふるい入れ、ゴムベラでさっくり混ぜる。
- 5.オートミールを加えて粉気がなくなるまで切るように混ぜる。
- 6.生地をクッキングペーパーを敷いた天板に間隔を空けて並べる。  
※スプーンで押さえて平たくする
- 7.180℃で13~15分焼く



## のりかのレシピ

- |        |      |      |
|--------|------|------|
| A      | バター  | 50g  |
|        | サラダ油 | 50g  |
|        | 砂糖   | 100g |
|        | 卵    | 1個   |
| B      | 薄力粉  | 100g |
|        | 重曹   | 1g   |
| オートミール |      | 100g |