

こんにちは 市民センターです



薦原

2024年5月号

薦原市民センター

名張市薦生 1607 Tel 63-1800

地域みんなの市民センターを目指して!

○寺子屋こもはら



3月27日(水)13時15分から市民センターで第3回「寺子屋こもはら」を開講しました。第1部は「介護予防教室」。川端真理子さんと一ノ瀬薫さんのお二人によるキーボードの伴奏で、懐かしい歌を歌いながら鈴やマラカスなどでリズムを刻むことで、心理的症状の緩和、意欲の増進など認知症予防のための”音楽療法”をご指導いただきました。第2部はまちの保健室さんの「健康体操」。セラバンドを使った体操で、ムリなく楽しく体操できました。



○ギフチョウ学習会&観察会



4月16日(火)、9時から市民センターにおいて、伊賀ふるさとギフチョウネットワーク、薦原小学校、薦原

地域づくり委員会の三者共催で『ギフチョウ学習会・観察会』を開催しました。第一部は三重県総合博物館学芸員で昆虫学博士の大島康宏先生の「ギフチョウと一緒に暮らしていくために」についてご講義を頂き、第二部は薦原小学校4年生の取組みとして「ギフチョウを飼育して学んだこと」を寸劇にクイズや映像を加えて発表し、その後、参加者がギフチョウ生息地へ移動し観察会が行われました。



○薦原地区戦没者追悼式挙行

4月29日(昭和の日)10時から市民センターにおいて令和6年度薦原地区戦没者追悼式を挙行了しました。遺族会の方々、各区長の皆さんは忠魂碑にお参りされた後追悼式に臨まれ、御霊に献花し哀悼の誠を捧げられました。社会福祉協議会の杉本会長にご参列賜り、追悼のお言葉を頂戴しました。



昨年の写真

★まちの保健室からのお知らせ★ ☎0595-63-6400

・5月27日(月)13:30～『元気度チェックの日』です。皆さんの参加をお待ちしています。



「森林浴のすすめ」

風薫る5月。初夏の風は、若葉や青葉の香りを含んで爽やかですね。実際に6～8月の新緑の葉っぱからは『植物の天然抗菌物質=フィトンチッド』が多く放出されています。日本でも昔からの知恵で、防虫や防腐効果を利用したヒノキ風呂や柏餅、柿の葉寿司などがあります。森の中を歩くと心身が爽快になり、リラックスできるのは、植物が発する香り『フィトンチッド』のおかげなんです。身近な公園や並木道、ガーデニングの緑を楽しむのも効果的です。

〇5月の行事等について



- 薦原地域づくり委員会総会 5月11日(土) 13:30～ 市民センターホール
- 薦原地区民運動会全体会議 5月17日(金) 19:30～ 市民センターホール
- 薦原地区民運動会 5月25日(土) 13:00～ 薦原小学校運動場

〇なかよし広場開催

- 薦原保育所 5月15・22・29日(水) 9:45～11:00
- 西田原保育園 5月14日(火) 9:30～11:00



KOMO2.LAB

※薦原の情報はこちらでも発信しています。QRコードはこちら ⇒

〇コモコモサポート支援サービス料金の一部改訂について

草刈り・剪定作業支援サービスについて、令和6年9月1日以降『1時間あたり1,000円とし、1時間を超える場合、以降30分毎に500円』に改定させていただきます。継続会員の皆様の年会費の期間は、令和7年3月31日まで延長します。上記以外は従来通りです。

サークル活動 5月予定



サークル名	開催日	時間	場所
薦原ボーリング教室	19(日)	午前10:00～12:00	スーパーボール
カラオケサークル	13・27(月)	午後 4:00～ 6:00	多目的ホール
こもはらクッキング	1(水)	午前10:00～13:00	料理室
フォトこもはら	16(木)	午後 1:00～ 2:00	館外
心琉(沖縄伝統芸能太鼓)	2・16(木)	午後 5:00～ 7:00	多目的ホール
絵画クラブ・つくし	25(土)	午後 1:30～ 4:30	研修室
オカリナすみれ	8・22(水)	午前10:00～11:30	多目的ホール
詩吟サークル	11(土)	午後 1:30～ 3:30	研修室
麻雀サークル	7・14・28(火)	午後 1:00～ 5:00	研修室
Nサークル(ダンスフィットネ)	20(月)	午後 2:00～ 4:00	研修室
民謡教室 桜草	3・17(金)	午後 8:00～10:30	西田原公民館

●各サークルとも会員募集中です。随時申し込みが可能です。問い合わせは市民センターまで

※『こもちゃん』のお弁当は5月27日(月)です。