

# 箕曲市民センターだより

【編集・発行】  
箕曲市民センター  
63-0453

## 超初級！スマホ講座

9月28日(金)に株式会社アドバンスコープの大藪さんを講師にお招きし「超初心者ためのスマートフォン講座」を開催しました。

スマホとガラケーやiphoneとandroidの比較など基本的なことから、実



際に画面を操作しての電話のかけ方やメール送信方法、インターネットの検索方法などを学習し、実際にアプリも取り込んでみました。

参加された方は「色々できたら、ホントに便利やわ!」との感想をいた

だきました。上手く使いこなせると本当に便利で、

生活が豊かになると思います。お疲れ様でした。

## 「まちの保健室」退職のごあいさつ

過ごしやすい季節となり、皆様にはお健やかに過ごしのことと思います。

箕曲まちの保健室開所以来、10年余りを務めさせていただきましたが、9月末をもちまして退職となりました。今まで続けてこれたのも地域の皆様の温かいご支援のおかげと、心より感謝しています。

今年の夏は異常とも言える猛暑で、やってくる冬の寒さも心配です。どうぞこれからもご自愛ください、笑顔いっぱいの日をお過ごしください。

本当にありがとうございました。 斉藤久美子

## サークル紹介 (11月)

サークル名	実施日	時間	備考
健康体操いちびち	第2・4木曜日	午前10時～	
ピンポンクラブ	毎週火曜日・木曜日	午後1時～	
フラダンスサークル♪リコ	第3木曜日	午前10時～	※会員募集中
夏見水墨画教室	第2(水)10時～・第4(水)13時～	※会員募集中	開催場所：夏見公民館
箕曲囲碁同好会	毎週水曜日	午後1時～	開催場所：中村公民館
やさしいヨガ(夜)	毎週水曜日	午後7時半～	※会員募集中
やさしいヨガ(昼)	毎週木曜日	午後1時半～	※会員募集中
絆卓球クラブ	毎週金曜日	午前9時～	
生け花教室	第2・4火曜日	午後1時半～	※会員募集中
大正琴白百合会	第1・3水曜日	午前9時半～	
健康表現体操四季の会	第2・4水曜日	午前9時半～	
箕曲カラオケサークル	第1・3水曜日	午後1時半～	
夏見ワザアーツ M/T	第2木曜日	※会員募集中	午後1時～ 開催場所：夏見公民館
ぶどう作り体験教室	ぶどうの生育に合わせての活動		
花見つけ自然教室	名張市内に自生する植物の調査と観察をする		
はだしエクササイズ	毎週月曜日	午前10時半～	※会員募集中
自彊術みのわ	毎週木曜日	午前10時～	※会員募集中
スミュークヨガ	毎週火曜日	※第1・3は親子で	午前10時～ ※会員募集中
わくわくキッズみのわ	11/8・15・22・29(木)	午後4時半～	ヒップホップダンス
ももちゃん広場	11月13日(火)・27日(火)	午前10時～	地域の子育てサロン
地域の広場もも太郎	11月20日	午前9時半～	音楽療法