

# 箕曲市民センターだより

【編集】  
市民センター  
63-0453

## ノルディックウォーキング開催 比奈知ダムコース(5km)を歩く

昨年の秋に予定していたノルディックウォーキング「比奈知ダムコース」が雨のため中止になり、地域の方からのリベンジの要望が多く、三月二十九日(同)コースを再挑戦することになりました。

当日は天候にも恵まれ、春休みということもあり小学生の参加もありました。ダム周辺は桜のつぼ



みが膨らみ、ネコヤナギやユキヤナギが咲き始め、タラの芽を発見しました。春の気配を感じながらのウォーキングは、心も足取りも軽やかになり、皆さんが喜んでくれました。



### キッズヒップホップダンス教室

好評につきまして、31年度も教室を開催予定です。日程調整ができ次第、箕曲小学校を通じて案内させていただきますので、



よろしくお願ひします。

### サークル紹介 (5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～	
夏見水墨画教室	第2水曜(10時～)・第4水曜(13時～)		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：箕曲中村公民館
箕曲J-ラ・パスカ	毎週木曜日	午後8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～	
夏見ワールツメト	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	ぶどう作りを体験しながら、ゼンザイ会、タケノコ会、イモ掘り会なども実施		
花見つけ自然教室	名張市内に自生する植物を調査・観察する		
裸足エクササイズ	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～	
やさしいヨガ(昼)	毎週木曜日	午後1時半～	
やさしいヨガ(夜)	毎週水曜日	午後7時半～	
スミューク ヨガ	毎週火曜日 ※第1・3は親子	午前10時～	※会員募集中
ももちゃん広場	5月14日・28日(火)	午前10時～	※地域の子育てサロン
【新】フリーピンポン	第2・4月曜日	午前10時～	