



- 1面 …… 市民センターまつり開催について
- 1、2面 …… 主催学級のお知らせ
- 2面 …… 9月の主催学級報告
- 3面 …… 民生だより
- 3面 …… 町づくりニュース
- 4面 …… 月間行事予定表
- 4面 …… その他お知らせ

すずらん台の人口:10月1日現在 人口 3,759人(3,730人)
 男 1,845(1,840人)女 1,914人(1,890)
 世帯数 1,523(1,511世帯) ※()内は前年同月の人口



2016年(平成28年)10月発行:すずらん台市民センター 名張市すずらん台東3番町 220Tel.68-1007
 ✉suzuran-ko@emachi-nabari.jp HPhttp://www.emachi-nabari.jp/suzuran/kouminkan/

★★お問合せ、学級・講座へのお申し込みはすべて市民センター(☎68-1007)へ★★

第18回 すずらん台市民センターまつり開催について



テーマ「地域の灯台 すずらん」
と き 平成28年10月9日(日)
9:30~16:00
と ころ すずらん台市民センター

皆様のご来場をお待ちしています。ご近所、お友達お誘いあわせの上お越し下さい。詳しくは、先に配布したセンターまつりプログラムをご覧ください。

お願い

※駐車場に限りがあります。徒歩、又は乗りあわせてご来場下さい。お車でご来場の場合は係員の指示に従ってください。また、駐車場内でのトラブルは一切責任を負いかねますのでご了承下さい。
 ※駐車場は教育会館みなくるへお願いします。(駐車場は9:00に開場します)

主催:すずらん台町づくり協議会・センターまつり実行委員会・すずらん台市民センター

今年も住民の皆さんが演奏する

『太鼓の演奏』

でオープニング!!

『ど根性ひまわり7世』

の種も無料配布します!



作品の紹介…長崎で暮らす女性と原爆で亡くなったはずの息子が繰り広げるエピソードをつづる、山田洋次監督によるファンタジー。1945年8月9日、長崎に原子爆弾が投下された。それからちょうど3年後、助産師として働く伸子(吉永小百合)のもとに、原爆により死んだはずの息子・浩二(二宮和也)がひよこりと現れる。それからというもの、浩二は度々姿を現すようになり、伸子と話しや浩二の恋人・町子(黒木華)についてなどいろいろな話をしていくが……。

日 時 10月28日(金)
 13:30 ~ 15:30 頃
場 所 市民センター 大ホール
参加費 無料 **申込み** 不要

10月度主催学級 映画上映会
 『母と暮らせば』
 監督 山田洋次 出演 吉永小百合 二宮和也 黒木華

主催学級・講座のお知らせ
 すずらん台在住であればどなたでもご参加いただけます。
 (お申込みは市民センター68-1007へ!)

楽しい川柳 (三回連続講座)

11月度カルチャーすずらん

日時 ①回目 11月24日 ②回目 12月22日

③回目 H29 1月26日

いずれも木曜日 10:00～11:30頃

場所 市民センター ミーティングルーム

講師 稲葉 岩明 先生 参加費 無料

参加資格 3回共に参加できる方

定員 15名 持ち物 筆記用具

申込み 10月17日(月) 8:30より受付※定員になり次第締切りです。

初回お題: 『笑う』、『花』 ※花の種類は何でもOK

※市民センターでは初の川柳講座を開催します。日々のふとしたできごとを切り取り、川柳を作ってみましょう。三回連続講座で毎回お題があります。初回は右のお題です。できる範囲で大丈夫ですのでできれば一句以上ノート等に書き留めてご持参願います。先生が添削していただきます。

◆先生よりメッセージ 羅しく考えず、心の赴くまま、自由に作ってください。川柳の面白さ、奥深さを一緒に学びましょう



11月度健康講座

『音楽工房さんと一緒に歌いましょう』

日時 11月11日(金) 10:00～11:00頃

場所 市民センター 大ホール

講師 音楽工房の皆さん 参加費 無料 申込み 不要

☆昨年、たくさんの方に参加いただき大変盛り上がった音楽工房さんの歌の会を今年も開催します。生演奏に合わせて大きな声で歌つと、ストレス発散、スッキリしますよ!! 皆さんのご参加お待ちしております。



ニュースポーツ『ラダーゲッターを楽しもう!!』

日時 11月16日(水) 10:00～12:00頃

場所 市民センター 大ホール 参加費 無料

持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装で

申込み 11月1日(火) 8:30より受付(Tel68-1007)

締切り 11月15日(火)

※当日の飛び入り参加もOKです!

昨年秋、3種類のニュースポーツをお試しで体験し大変盛り上がりしました。今年はその中から、ラダーゲッターというスポーツを選び、再度挑戦!今回は得点をつけ、ゲーム形式で行いたいと思います。スポーツの秋です!を動かし楽しみましょう!男性の参加もお待ちしております。

ラダーゲッターとは、…両端にボールがついたヒモをラダー(はしご)に向かって投げ、上手に引っ掛けるスポーツ。簡単そうに見えますが、目で距離を測り、適度な力で投げるのは意外に難しい!!



9月度の主催学級報告

◆主催学級 大人の塗り絵

9月9日(金)

9月の主催学級はちまたで話題の大人の塗り絵に挑戦しました。今回は一般の参加者さんに加え、いきいきサロン『ほほえみの会』の皆さんもグループで参加いただき、男性の参加もあり、総勢24名で賑やかに始まりました。



しかし、賑やかだったのは最初だけでした。今回は講師はおらず、自由に塗るといふスタイルでしたが、始まってみると皆さん作業に没頭し、室内はとて静かになりました。この集中する過程と、一枚の作品を作り上げる達成感が大人の塗り絵の大きな効能だそうですね。完成した作品は10月9日(日)の市民センターまつりでも展示します。ぜひ観覧にお越しください。

◆カルチャーすずらん スノードーム

9月15日(金)

～ペンの中にメルヘンの世界!～

身近な材料を使いスノードームを作りました。出来上がりをイメージしながら、中に入れるキラキララメを皆でワイワイと選ぶ様子はとても楽しそうでした。とつてもかわいい世界にひとつだけの作品が出来上がりました。センターまつりに展示させていただきます。ぜひご覧下さいね。

お楽しみに♪



民生だより

秋晴れの中、

名張市障害者スポーツ大会に参加して、

第16回名張市障害者スポーツ大会が9月25日(日)HOS名張アリーナ(名張市総合体育館)に於いて、雨続きから解放された久しぶりの快晴の中、賑やかに開催されました。障害者の方々が入力を通じて体力の維持増強と健康増進を図るとともに参加者同士の交流を深めることを目的として、毎年開催されています。この日の参加者は、障害者福祉施設を利用して人、小中学校の特別支援学級に通う児童や生徒、障害者の家族及び介護者など410名と、スタッフボランティア協力者など150名の総勢560名でした。

車椅子魚釣り大まり送りパン食い競走紅白玉入れ・ユーススポーツ体験など盛りだくさんの競技が行われ、みんなで力合わせて取り組み、一生懸命頑張っている姿に観客席の仲間からは、惜しみない応援の拍手が送られました。

私たち民生委員は、参加者の施設毎のプラカードを持って行進したり、各競技のスタート地点や折り返し地点での補助を協力させていいただきました。

そして、魚釣りやパン食い競走などの競技には一緒に参加させてもらい、無心になって楽しみました。すずらん



お揃いのベストを着て、民生委員も参加しました

台の近くにある障害者施設「サンフラワー」さんもパン食い競走のパンを提供され、みんなでお昼をいただき、他の施設の方とお話したりして午前10時から午後3時まで、めいめい楽しい時間を過ごされたことと思います。



敬老会御礼

九月十八日に開催しました敬老会はいくくの雨にもかかわらず、たくさんの方にご出席いただき、盛会の中に無事終えることができました。

これもひとえに出席者の皆様をはじめ、町づくり協議会、自治会それぞれの役員の皆様及び、すずらん台小学校の方々のご支援ご協力があったからこそ、紙面をお借りして厚く御礼申し上げます。本当にありがとうございます。式典の部では、米寿以上の顕彰者十二名の表彰を行い、ご長寿をお祝いしました。演芸の部ではフラメンコ、太鼓の演奏と出席者を増やしまして皆様方に楽しんでいただけたのではないかと考えております。

なにぶん不慣れで行き届かない点多々あったとは思いますがより皆様に喜んでいただける敬老会を目指したいと考えておりますので、今後ともより一層のご支援と御協力をお願い申し上げます。

秋の地域一斉清掃について

今年も秋の地域一斉清掃を次記の日程で行います。住民の皆様のご参加をお願いいたします。

記

実施日時 10月16日(日)

※ 開始時間については各区自治会報をご確認ください。

※ 雨天の場合10月23日(日)に延期します。



軽トラック・広報車取扱いについて

使用時において、交通事故・自損については速やかに車両管理者(市民センター ☎68-11007)へ報告願います。なお、車両及び部品の破損についても報告下さい。

◎はつらつ/ルティック ウォーキング

10月27日(木)午前9時市民センター前集合

今回は滝之原の赤岩尾神社まで往復 2 時間半コースを予定しています。

秋を満喫して、みんなでワイワイ歩きましょう!!

◎10月9日の市民センターまつりで毎年恒例の

健康相談・血圧、体脂肪、骨密度測定・

ルティックウォーキングのお知らせ

をします。ぜひお立ち寄りください。



すずらん台 はつらつ♪

元気隊からのお知らせ

◎はつらつ♪らん*らん*健康教室

10月13日(木)午後2時~3時30分

体を伸ばして、リズムに合わせて、らんらんですヨ!

◎はつらつスクエアステップ教室

10月17日(月) 午後2時~3時

簡単なステップで、頭と体をリフレッシュ!

すずらん台バリバリ現役プロジェクト 市民センター合同企画!!

第2回公演 “今さら聞けない薬の話”

10月31日(月)pm2時~3時30分

フラワー薬局 薬剤師 今井 昌也氏、竹中 智恵美氏 他3名によるお話

※詳しくは、同時配布のチラシをご覧ください。

日頃、薬について(?)と思っていることがわかります。

お問い合わせは…すずらん台まちの保健室(中村・山本) ☎68-5700へ

特定健診説明会

10月19日(水)(A)9時~ (B)10時30分、市民センターで

すずらん台 まちの保健室からのお知らせ
9月11日にすずらん台で特定健診を受けられた方に健診結果をお渡し、説明をいたします。

今月のセンター行事およびサークル活動(平成 28 年 10 月 5 日～平成 28 年 11 月 10 日)

※ 都合により日程変更する場合があります

月	日	曜日	午 前	午 後	夜 間	
平成 28 年	5	水	広報配布 ひだまり配食 パソコン友遊	ヨガサークル パソコン友遊 絵手紙		
	6	木		パソコン友遊 アートフレンド		
	7	金	センターまつり準備(全館・終日)			
	8	土	センターまつり準備(全館・終日)			
	9	日	第 18 回すずらん台市民センターまつり～地域の灯台 すずらん～			
	10	月				
	11	火	センターまつり片づけ エアロビクス	パソコン友遊 ひだまり準備		
	12	水	ひだまり配食	大正琴		つぼみの会
	13	木	太極拳	はつらつ♪らんらん健康教室 はつらつ元気隊		
	14	金		パソコン友遊		民謡サークル
	15	土	民生会 町協総務会 日本共産党名張市議団	歌謡教室 囲碁将棋クラブ		防災リーダー会議
	16	日	休館日			
	17	月	パソコン友遊	はつらつスクエアステップ 大正琴 水墨画 民謡サークル		ズンバ
	18	火	エアロビクス	ひだまり準備 パソコン友遊 絵画教室		
	19	水	ひだまり配食 まちの保健室(特定健診)パソコン友遊	パソコン友遊		
	20	木	ライフサポートクラブ パソコン友遊	パソコン友遊 アートフレンド		自主防災隊
	21	金	なかよし広場 パソコン友遊	パソコン友遊		ズンバ
	22	土		吟詠会 囲碁将棋クラブ		
	23	日	町協環境部会			
	24	月		ひだまり運営委員会 鶴乃会		ズンバ
	25	火	エアロビクス	ひだまり準備 パソコン友遊 絵画教室		ベルブーケ
	26	水	ひだまり食事会・配食	ヨガサークル 大正琴		つぼみの会
	27	木	太極拳 はつらつルディックウォーキング			
	28	金		主催映画上映『母と暮らせば』 パソコン友遊		民謡サークル
	29	土	センター運営委員会・センターまつり反省会	囲碁将棋クラブ		
	30	日				
	31	月	まちの保健室他『薬の話』			
	10 月	1	火	エアロビクス	ひだまり準備 パソコン友遊 絵画教室	
		2	水	ひだまり配食 パソコン友遊	ヨガサークル 絵手紙	
		3	木		アートフレンド	
		4	金	パソコン友遊 なかよし広場	パソコン友遊	
5		土	俳句の会	歌謡教室 夢クラブ 囲碁将棋クラブ		町協役員会
6		日				
7		月	広報配布 パソコン友遊	水墨画 にこにこクッキング		ズンバ
8		火	エアロビクス	ひだまり準備 パソコン友遊		
9		水	ひだまり配食	大正琴		つぼみの会
10		木	太極拳	はつらつ♪らんらん健康教室 はつらつ元気隊		

町協・・・すずらん台町づくり協議会

サークル および 関係団体の皆様

市民センター清掃のお礼

10月2日(日)に実施いたしました市民センター清掃には、雨で1日延期になったにもかかわらず、大変多くの皆様にご参加、ご協力いただきありがとうございました。

皆様のおかげで、きれいな環境で来る市民センターまつりを迎えることができます。この場をお借りして御礼申し上げます。



すずらん台市民センター 館長
事務員一同

なかよし広場のお知らせ

11月の開催日

11月4日(金) 10:00～ 市民センター和室にて

※なかよし広場は、就学・就園前の子どもさんと保護者の広場です。

サークル会員募集

サークル名:水墨画同好会



筆の強弱墨の濃淡によるタッチ、四季折々の様々な題材の描法の学習と技術の向上をめざしています。

日 時 毎月第1,第3月曜日 13:30～15:30

活動場所 市民センター アトリエ

問い合わせ:向まで