市民活動ニュース

第２７０号

2023年10月

実りの秋を満喫しよう。

秋は肺が活動的になるので肺が元気でいられるような食材を食べましょう。
肺は乾燥が苦手で潤いを好むので潤いを補う食材で水分を蓄えましょう。
果物系でデザートも作ります。

日　時：10月28日(土)　9:00～12:00
場　所：青少年研修センター　調理室
持ち物：エプロン・マスク・三角布・布巾・持ち帰り用の容器
参加費：2,000円
定　員：15名(先着順)　※要事前申込
申込・問合先：野草・薬草の会　☎090-7438-0196(代表：中嶋千絵)

《肺に良い食材》
●白い食材　●鹹味(辛)を持つ食材　●辛味を持つ食材　●酸味を持つ食材　●潤いを補う食材
《食材例》
秋の実(桑の実・栗・松の実・クコ・山査子・柚子・山芋・百百根・むかご・ぶどう・銀杏・柿・梨・リンゴ等)
秋のきのこ(まつたけ・しいたけ・マイタケ・きくらげ・マコモダケ等)
秋の野菜(なす・ブロッコリー・ねぎ・菊花・かぶ・ビーツ・人参・里芋・レンコン等)

「亀山宿語り部」の楽しい話、講座開催

日　時：10月19日(木)　13:30～14:30
場　所：市民活動センター「みらい」1階多目的ホール
テーマ：「孤高の人　小崎利準」
発表者：大辻典子
内　容：小崎利準(こさきとしなり)は、伊勢国鈴鹿郡亀山江ヶ室で、
亀山藩士の家に生まれた。
藩校「明倫館」教授から岐阜県知事を歴任した男の木曽三川と
濃尾大地震との戦いについて述べる。
参加費：無料　※事前申込不要
問合先：亀山宿語り部の会　☎090-1503-1807(尾﨑)

第31回憲法カフェ

三上智恵監督新作ドキュメンタリー映画「沖縄、再び戦場(いくさば)へ」
(仮題　スピンオフ作品)の鑑賞とトーク。本土ではあまり報道されない沖縄県の
南西諸島で進められている自衛隊基地の建設やミサイル配備の実態を伝える
映像を観て、感じたことや疑問を話し合いましょう。

日　時：10月22日(日)　13時～15時30分
場　所：市民協働センターみらい　多目的ホール
参加費：100円(資料代)　※飲み物は各自持参
主　催：亀山九条の会　☎090-8954-1526(川辺)

2023芸文祭

《展示の部(文学・美術・生活文化)》

日　時：10月21日(土)～22日(日)　10:00～17:00　※22日(日)は16:00まで
場　所：亀山市中央コミュニティセンター
内　容：文学部門…いだがわ川柳会、亀山俳句会
美術部門…写真サークル「どんぐり」、写真サークル「にぎりめし」、フォト絆、洋画SHIRO
生活文化部門…グラスアート教室アトリエKako
特別展示…令和4年度 第18回亀山市美術展 亀山市芸術文化協会会長賞　受賞作品
特別出展…日本画(墨彩画系)　宮崎　観峰さん

《舞台の部(音楽・舞踊)》

日　時：10月22日(日)　10:30～15:30　開場…10:00
場　所：亀山市文化会館大ホール
内　容：音楽部門…アモーレかめやま＆ハープ風(大正琴)、楽羅(和太鼓)、川﨑滝寿会(民謡)、琴修会(大正琴)、コールみか(コーラス)、女声合唱団エコ・ソアーベ、正派雅楽友会(箏曲)、正調鈴鹿馬子唄保存会、奏和(和太鼓)、津軽三味線 小山流 貢妓会、三重岳仁会(詩吟)
舞踊部門…内田流 寿好会(日本舞踊)、柳栄会(日本舞踊)

入場料：無料
主催・問合先：亀山市芸術文化協会／事務局　☎090-3855-3462(増亦)

ディンプルアート体験

いっぱい使って楽しいのにSDGsに取り組んでいる！ディンプルカラー(絵の具)は、車のフロントガラスの廃材から研究を重ね作られました☆使えば使うほどゴミが減らせる地球にやさしい絵の具でアートの世界を楽しみましょう♪

きれいな透明感と凸凹模様が特長的

日　時：10月18日(水)　10:00～12:00
場　所：神辺地区コミュニティセンター(太岡寺町1259)
材料費：1作品　500円
定　員：10名(先着順)　※要事前申込
申込・問合先：華hanaアトリエはるちゃん
TEL：080-2652-5060(ディンプルアート普及協会　認定講師　いそざきはるな)
Mail：hanahana.atelier2023.08@gmail.com／Instagram：@hanahana_atelier

加太の魅力実感ツアー　加太越えウオーキング

加太地域の魅力創造及び啓蒙を目指す活動として、「鉄道遺産群を巡る散歩道/加太越えコース」の鉄道遺産群を巡りながら、加太地域まで歩く「加太越えウォーキング」を開催します。

日　時：11月12日(日)　9:00～15:00
場　所：JR加太駅
コース：9:26発でJR柘植駅へ⇒廃煉瓦塀⇒鳥谷橋梁⇒加太隧道⇒竪坑⇒大杣湖(昼食)⇒松田林道⇒中在家⇒加太地域の架道橋・橋梁⇒JR加太駅
参加費：無料　※加太地区以外の参加者は500円(昼食代)が必要です。
定　員：30名(先着順)　※要事前予約(10月末締切)
申込・問合先：林業総合センター　☎0595-98-0008
主　催：加太地区まちづくり協議会　地域づくり部会

コミュニティカフェを作る会(コミュニティCaféぶんぶん)で開催します。

申込・問合先：コミュニティCafé ぶんぶん ☎0595-82-1222
または、亀山市文化会館　☎0595-82-7111まで

SUIBOKU(すいぼく)-画　「墨楽会」定例日

日　時：墨楽会　2期生(初心者)…10月 2日(月)　13:30～15:30
　　墨楽会　1期生(継続組)…10月12日(木)　13:30～15:30
場　所：コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)
講　師：日本画家　宮崎観峰さん
内　容：墨楽会　2期生(初心者)…竹3～4
　　墨楽会　1期生(継続組)…干柿、南天
参加費：1,000円(ドリンク代含む)

囲碁・将棋　対局　10月お楽しみDay！

日　時：10月の水曜日(4日・18日・25日)　13:00～15:00
場　所：コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)
参加費：550円(ドリンク代含む)
※お誘いあわせでお越しください！

10月　♪OTO(オト)-ONE(ワン)-SPOT(スポット)♪

好きな音楽をぶんぶんの音響でMyコーヒータイムを！お好きなCD・レコードをご持参ください。
ご希望の時間帯で調整させていただきます。

日　時：10月の水曜日(4日・18日・25日)　13:00～15:30
場　所：コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)
参加費：1,000円(コーヒーor紅茶付き)　※要事前申込　☎0595-82-1222

ぶんぶん・ゼミ「第63回　川柳の深みとおもしろみ」

日　時：10月6日(金)　13:30～15:30
場　所：コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)
お　題：「祭り・フェスティバル」／「飽きる」　※ご出席の上、お一人2句を投句
講　師：坂倉広美さん
参加費：800円(ドリンク代含む)　※事前申込不要
　　※見学者(選句に参加)大歓迎！　見学参加費：500円

10月レコード鑑賞会

～二人のサックス・スタープレーヤーの競演!～キャノンボールのアルトVSコルトレーンのテナー
日　時：10月13日(金)13:30～15:30
場　所：コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)
曲　目：ライムハウス・ブルーズ、ザ・スリーパー　他
参加費：1,000円(ドリンク代含む)
定　員：10名　※要事前申込　☎0595-82-1222
進　行：谷成史さん
主　催：KSTレコード鑑賞会

～The和のはぎれーぬ～

来年の準備に開運「辰」のお伴を作りましょう！

日　時：10月20日(金)　13:30～15:30
場　所：コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)
講　師：山脇敏子さん
参加費：700円(材料費＋飲み物代)
持ち物：裁縫道具
定　員：8名(先着順)　※要事前申込　☎0595-82-1222

♪第40回茶処ちゃん(ちゃこ)・たいむ♪

～体験型でお茶の良さを発見しましょう！～

日　時：10月26日(木)13:30～15:00
場　所：コミュニティーCafeぶんぶん(亀山市文化会館内)
講　師：日本茶インストラクター　一見貞子さん・駒田やす代さん
内　容：日本産、外国産の紅茶の飲み比べをしてみましょう!
参加費：1,200円
定　員：8名(先着順)　※要事前申込　☎0595-82-1222

ぶんぶん・あっとり絵　39th

楽しく気軽にお絵かきしませんか？

日　時：10月15日(日)　13:00～15:00
場　所：コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)
内　容：水彩、色鉛筆、クレヨンなど自由な画材で描きましょう！
参加費：　1100円(ドリンク代含む)
講　師：木下みゆきさん　他
ぶんぶんコーナーにて「あっとり絵講師メンバー」作品展示

新企画　飾って楽しい　ペーパークラフト

立体的な折り紙の世界を楽しみませんか！

日　時：10月17日(火)　13:30～15:30
場　所：コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)
内　容：積み木型ボックス・新型折鶴　など
講　師：河原田誠教(かわらだまさのり)さん　※「みえこどもの城」でも活動中！
参加費：1,200円(材料費＋ドリンク代)
持ち物：筆記用具、スティックのり、30センチ定規
定　員：8名(先着順)　※要事前申込　☎0595-82-1222
※今後、「かみきりむしの会」主催のペーパーアートも予定しています♪

お祝いや催し物に楽しさプラス バルーンアートの世界を楽しもう!

日　時：10月24日(火)　13:30～15:30
場　所：コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)
講　師：バルーンパフォーマー　道上香(みちうえかおり)さん
内　容：ゴム風船で動物や花、ハロウィン用など制作
参加費：1,000円(材料費＋ドリンク代)　※別途初期負担/ハンドポンプ代1,500円が必要です。
定　員：8名(先着順)　※要事前申込　☎0595-82-1222

市民参画協働事業推進補助金及び協働事業提案制度 公開プレゼンテーション

令和6年度の市民参画協働事業推進補助金を受けようとする市民活動団体と協働事業を実施しようとする市民活動団体による一般公開プレゼンテーションを行います。

日　時　10月14日(土)　13:00～17:10

場　所　市民協働センター「みらい」1階　多目的ホール

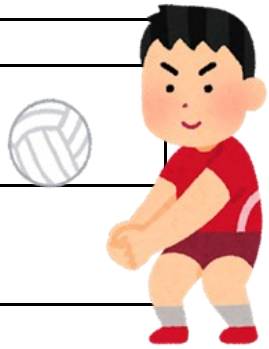
参加費　無料

申込方法　下記申込先へ電話またはメールでお申し込みください

申込・問合先　まちづくり協働課市民協働グループ
☎0595-84-5008
E-mail：kyodo@city.kameyama.mie.jp

市民参画協働事業推進補助金申請団体

NO	団　体　名	補助金の種類
1	亀山グランツ	スタートアップ補助金
2	亀山バレーボールクラブ	
3	亀山キッズ男子	ステップアップ補助金
4	亀山キッズ女子	



協働事業提案団体

NO	団　体　名	提　案　事　業　名
1	三重スポーツ鬼ごっこ連盟	亀山市スポーツ鬼ごっこ大会プロジェクト(仮称)
2	魔女のお茶会	亀山茶・亀山紅茶を味わいつくす
3	アートグループmajo+	つなぐアートつながるアートプロジェクト

ぽっかぽかの会が開催します

申込・問合先：NPO法人ぽっかぽかの会(浜野)☎090-4791-3801または
ぽっカフェ☎0595-83-3105／FAX：0595-83-4956
Mail：pokkapoka.no.kai@gmail.com　まで
http://pokkapokawebsite.web.fc2.com/

体調がすぐれない方は参加を見合わせてください。

アート教室

日　時：10月15日(日)　10:00～12:00　”お月見を描こう！”
場　所：亀山市総合保健福祉センター「あいあい」　栄養指導室
参加費：会員…500円　非会員…1,000円(材料費込み)
対象者：3歳から成人
定　員：10人(先着順)　※要事前申込

ゆるぽかランチトーク参加者募集

日　時：10月30日(月)　10:30～12:00
場　所：亀山市総合保健福祉センター「あいあい」　研修室
参加費：1,550円(ぽっカフェのお弁当付き)
定　員：7名(先着順)　※要事前申込
内　容：さとう式リンパケアセルフケアリーダー
寺島桂子さん(気づいたら障がい児のお母さん)
桜井真由美さん(元スクールカウンセラー)によるセルフケア会。
教えていただいたセルフケアをお家で実践しましょう。
お母さんから緩んで、お子さんにも是非してあげてください。
心も身体も 軽くなりますよ。当日は動きやすい服装でご参加ください。

亀山の味にこだわって　亀山みそ焼きうどん本舗

市民グループ亀山みそ焼きうどん本舗は11月18・19日と四日市でのB-1グランプリに亀山を代表して参加します。今回の特徴として更に味噌だれの味にこだわって何度か試行錯誤を繰り返しました。
B-1グランプリ用には衛生上、試作品に似せた味噌だれを大手メーカで特別に造りました。

ご家庭でも亀山みそ焼きうどんを作りたい皆さんはB-1で使う専用のみそだれを年内限定で購入いただけます。当会の運営資金にしますのでご協力いただけると助かります。
東町の市民協働センター前のねこの館と「しぼりや」で実費購入できます。
問合先：まちおこし市民グループ亀山みそ焼きうどん本舗　☎090-8550-8318

☆　市民活動ニュースに掲載する情報・お便りを募集しています　☆

詳しくは、まちづくり協働課 市民協働グループ(☎84-5008／Fax 82-1434、Email:kyodo@city.kameyama.mie.jp)
又は、市民協働センター「みらい」(☎84-5800／Fax 84-5801　東町一丁目8番7号)までご連絡ください。

編集作成：「きらめき亀山21」広報部(問合先：亀山市 市民文化部 まちづくり協働課 市民協働グループ
〒519-0195 三重県 亀山市 本丸町577番地)
市民活動ニュース配置場所：本庁ロビー・市民協働ｾﾝﾀｰ「みらい」・関支所・図書館・歴史博物館・医療ｾﾝﾀｰ・総合保健福祉ｾﾝﾀｰ「あいあい」・亀山市文化会館・関町北部ふれあい交流ｾﾝﾀｰ・林業総合ｾﾝﾀｰ・鈴鹿馬子唄会館・老人福祉関ｾﾝﾀｰ・青少年研修ｾﾝﾀｰ・各地区コミュニティセンター・亀山郵便局・亀山駅前郵便局・ＪＲ亀山駅・百五銀行亀山支店・市民のショップねこの館・茶気茶気・鈴鹿県民ｾﾝﾀｰ・みえ市民活動ボランティアセンター(津市)
市民活動ニュース掲載ホームページ(バックナンバー含む) http://www.shimin-kyodo.sakura.ne.jp/katudonews/
ホームページ http://shimin-kyodo.sakura.ne.jp/kirakame21/　市民ネット http://www.shimin-kyodo.sakura.ne.jp/shiminet/
「きらめき亀山21」メーリングリストへの加入は「きらめき亀山21」ＨＰより登録できます。