

# 市民活動ニュース

第287号

2025年3月

## 「亀山宿語り部」の楽しい話、講座開催

**日時**：3月20日(木祝) 13:30~14:30  
**場所**：市民協働センター「みらい」 多目的ホール  
**テーマ**：ウクライナの歴史から学ぶ  
**発表者**：語り部 木村みどりさん  
**内容**：大国のもとで長く忍従を強いられながらも、独自の文化を損なわず、有為の人材を輩出し続けたウクライナ。不屈のアイデンティティはどのように育まれてきたのか、についてお話しします。  
**参加費**：無料 ※事前申込不要  
**問合せ**：亀山宿語り部の会 ☎090-1503-1807(尾崎)



## どうぞの会

ゴミ削減を目的に、まだ使える不要になったものを必要な方へ無料でお譲りする会を開催しています。ベビー用品から子ども関連のもの、大人服や日用品まで幅広く取り扱っています。お気軽にご来場ください。

**日時**：3月9日(日) 11:30~13:00  
**場所**：亀山市総合保健福祉センター「あいあい」  
**対象**：大切にしてくれる方  
**参加費**：無料  
**持ち物**：エコバッグ  
**その他**：活動報告等で動画や写真撮影を行います。予めご了承ください。  
**協力**：みんなの食堂  
**問合せ**：地球を守ろう亀山 ☎080-4110-5414(長谷川)  
✉ kameyama.earth@gmail.com



当会QRコード



## 春の薬膳料理を作ろう！！

**日時**：3月29日(土) 9:00~12:00  
**場所**：青少年研修センター1F調理室  
**参加費**：2,500円  
**定員**：20名 ※要事前申込  
**持ち物**：エプロン・三角布・マスク・布巾・持ち帰り容器  
**申込先**：野草・薬草の会 代表 中嶋千絵 ☎090-7438-0196 ※3月15日まで  
**その他**：代表とスタッフ(4名)で行っているボランティア団体です。  
当日のキャンセルは御遠慮お願いします。



○正月の胃(肝)を元に戻しましょう♪

○これからの季節の食生活には「苦味」が必要。食材も豊富です。(持ち込みOK)

ふき とう せり うど たけのこ くわ ふき あしたば かき あざみ  
踏の塔・よもぎ・芹・独活・筍・タラの芽・桑の芽・菜花・ワカメ・踏・雪の下・明日葉・柿の若葉・薊の若葉

○春に起こりやすい症状

肩こり・花粉症・頭痛・喉の痛み・のぼせ・鼻づまり・不眠・ふらつき・瞼のむくみ・眩暈

## sakuraキッズダンスレッスン

ダンスインストラクターをしているsakuraです☆楽しい音楽にあわせて元気いっぱい踊りましょう♪初心者大歓迎！

**日時**：3月22日(土) 10:00~10:50  
**場所**：亀山市文化会館 リハーサル室2 (東御幸町63)  
**講師**：sakura  
**定員**：10名 ※先着順、要事前申込  
**対象年齢**：年少、年中、年長  
※2歳児や小学生もご希望がございましたらメールにてお問い合わせください。  
**参加費**：初回500円(2回目以降1,000円)  
**申込・問合せ**：QRコードからお申し込みください。✉ sakura.dancews@gmail.com



申込QRコード

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・問合せ先：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

各講座の合間に  
 コーヒータイム  
 も楽しめます♪



描く

## SUIBOKU-画 「墨楽会」 定例日

**日時**：墨楽会 2期生(初心者)…3月 3日(月) 13:30~15:30  
 墨楽会 1期生(継続組)…3月20日(木祝) 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 宮崎親峰さん  
**内容**：墨楽会 2期生(初心者)…立雛の絵  
 墨楽会 1期生(継続組)…5月の節句の図  
**参加費**：どちらも1,200円(ドリンク代含む)



川柳

## ぶんぶん・ゼミ「第80回 川柳の深みとおもしろみ」

**日時**：3月7日(金) 13:30~15:30  
**場所**：御幸地区コミュニティセンター(東御幸町220-3)  
**内容**：ゼミ「川柳とは」～コーヒータイトム～句会(互選)  
**講師**：坂倉広美さん  
**お題**：「うきうき」／「思う、想う」 ※ご出席の上、お一人2句を投句  
**参加費**：1,000円(ドリンク代含む) ※事前申込不要  
**当会のルール**：当会のルールは会員制ではなく、お題に対して各二句提出、出席制としています。  
 予備受講生(選句に参加)大歓迎！ 見学参加費：500円 作品はぶんぶん川柳ゼミ誌に掲載、毎月発行



手工芸

## 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**：3月27日(木) 13:30~15:00  
**場所**：コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)  
**講師**：河原田誠教さん ※みえこどもの城にて活動  
**内容**：お菓子入れの器をつくりましょう！  
**参加費**：1,300円(材料費+ドリンク代)  
**定員**：8名(先着順) ※要事前申込 ☎0595-82-1222



学び

## 令和の和算JYUKU

お話をしながら考え、頭に新風を吹きこみましょう！

**日時**：3月11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)  
**進行**：算数の好事家 櫻井義孝さん  
**内容**：前半…ハチの巣6角形はなぜ?を考えてみましょう／後半…図形、ワード問題(プリント)  
**参加費**：800円(ドリンク代含む)  
**持ち物**：筆記用具  
**定員**：15名(先着順) ※要事前申込 ☎0595-82-1222



## 水曜日のお楽しみ♪

### 囲碁・将棋 対局 3月お楽しみDay!

囲碁対局もう一席増。1~2名様エントリーOKです。お誘いあわせでお越しください！

**日時**：3月の水曜日(5日・12日・19日・26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) ※要事前申込 ☎0595-82-1222



### 3月 オト ワン スポット ♪OTO-ONE-SPOT♪

好きな音楽をぶんぶんの音響でMyコーヒータイトムを！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**：3月の水曜日(5日・12日・19日・26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



レコード

TANIYANレコるーわ

皆様のお好きなCDやレコードのお持込みでコーヒー片手に楽しみましょう！

**日時**：3月14日(金) 13:30~15:00  
**場所**：コミュニティCafé ぶんぶん(亀山市文化会館内)  
**参加費**：1,000円(ドリンク代含む)  
**定員**：15名(先着順) ※要事前申込 ☎0595-82-1222  
**主催**：KSTレコード鑑賞会 ※進行：谷成史さん



描く

ぶんぶん・あっとり絵 56th

楽しく気軽に絵をかきませんか？

**日時**：3月23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)  
**講師**：木下みゆきさん 他  
**内容**：春を描きましょう！  
**参加費**：1,100円(ドリンク代含む) ※お絵かき道具は準備済み  
**その他**：似顔絵ご希望の方も、お気軽にご来店ください。完成品…1,000円(ワンドリンク付き)  
 ぶんぶんコーナーにて あっとり絵受講生の作品展展示！



手工芸

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**：3月25日(火) 13:30~15:00  
**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 みちうさかあり 道上香さん いろはさん(写真) イベントで見かけたら声かけてね！  
**内容**：花と花瓶をつくりましょう！  
**参加費**：1,200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



手工芸

fururunの刺繍

刺繍のある暮らしを…♪ちょこっとひと手間かけてみませんか！

**日時**：3月28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**：古田淳子さん(日本手芸普及協会講師)  
**作品名**：「幸せのクローバーはどれ？」  
**参加費**：2,000円(材料費+ドリンク代) ※材料費に付属品は含まれません  
**持ち物**：糸切りバサミ ※刺繍道具は準備してあります。  
**定員**：10名(先着順) ※要事前申込 ☎0595-82-1222



手工芸

手作りタイム “つくるーわ”

ピオラ&ミモザの花束ミニ額をレカンフラワーで作しましょう！

**日時**：3月21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**：宮村佳子さん(アトリエ ミヤ)  
**参加費**：1,800円(材料費+ドリンク代) ※お値打ち価格です  
**定員**：8名(先着順) ※要事前申込 ☎0595-82-1222

レカンフラワーとは  
 特殊な方法で自然の一番美しい状態のお花を、そのままの色と形で乾燥させ、立体のフレームに飾り付けるボタニックアートです。



学び

3月KAMERЕК | 学びい~舎 『林進究詩文集』を読む②

**日時**：3月13日(木) 13:30~15:00  
**場所**：中央コミュニティセンター(亀山市文化会館内)  
**講師**：郷土史家 八木淳夫さん  
**内容**：林進究(1864~1927)は、千原豊庵の娘婿で、三重県師範学校を卒業し、小学校訓導を歴任。『豊庵遺稿集』の編者で自分の詩文集をその附録とした。  
**参加費**：1,000円(コーヒー代等) ※申込不要



写真 林徳治郎 55歳

## ぽっかぽかの会が開催します

申込・問合せ先：NPO法人ぽっかぽかの会 浜野 FAX：0595-83-4956  
 ☎090-4791-3801(13時以降) ✉pokkapoka.no.kai@gmail.com  
 参加者氏名 電話番号(緊急時の連絡先)をお知らせください。

## アート教室

日時：3月30日(日) 10:00~12:00  
 場所：亀山市総合保健福祉センター「あいあい」 栄養指導室  
 内容：桜を描いてみよう  
 参加費：会員…500円 非会員…1,000円(材料費込み)  
 対象：3歳から成人  
 定員：10名(先着順) ※要事前申込



## ゆるぽかランチトーク

日時：3月24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」 栄養指導室  
 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。  
 参加費：1,580円(ぽっかカフェの弁当付き)  
 定員：7名(先着順) ※要事前申込



## 亀山「水引」サークル メンバー募集♪

市の水引講座の卒業生を中心にして始まったサークルです。これからは新たなメンバーさんの募集を開始します。  
 気軽にご参加ください、お待ちしております。

活動日時：毎月第2日曜日 13:30~16:00  
 活動場所：市民協働センター「みらい」  
 年会費：6,000円 ※参加費として材料費(水引1本30円など)  
 持ち物：ハサミ・定規・目打ち ※貸出可  
 活動内容：メンバーでモチーフ(アクセサリ・季節の飾りなど)を決めて作成します  
 その他：見学・体験OK! ※体験は参加費500円  
 問合せ先：☎080-3065-0300(伊藤) ✉pyoro136176bcaska@ezweb.ne.jp



## 市民活動なんでも相談所について

市民活動に関するお悩みを一緒に解決する、市民活動なんでも相談所を開設しています。  
 活動を始めたいけど、何から始めたらいいかな?一緒に活動する仲間を集めるにはどうしたらいいかな?  
 活動の資金を確保するにはどうしたらいいかな?活動に適した場所はないかな?など、  
 市民活動に関するお悩みがありましたら、ぜひご利用ください。

日時：月曜日~金曜日 9:00~17:00 ※土・日曜日、祝日は除く。  
 場所：亀山市役所本庁舎 市民協働グループ窓口  
 予約：下記申込先に、相談内容・ご希望の日程等をご連絡ください。  
 申込・問合せ先：市民文化部 まちづくり協働課 市民協働グループ  
 ☎0595-84-5008 ✉kyodo@city.kameyama.mie.jp



## ☆ 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(☎0595-84-5008/Fax: 0595-82-1434、✉kyodo@city.kameyama.mie.jp)  
 又は、市民協働センター「みらい」(☎0595-84-5800/Fax: 0595-84-5801 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(問合せ先：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・総合保健福祉センター  
 「あいあい」・亀山市文化会館・各地区コミュニティセンター・市民のショップねこの館・みえ市民活動ボランティアセンター  
 市民活動ニュース掲載HP(バックナンバー含む) <http://www.shimin-kyodo.sakura.ne.jp/katudonews/>  
 HP：<http://shimin-kyodo.sakura.ne.jp/kirakame21/> 市民ネットHP：<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。