

東志和地域センターだより

【今月の俳句】

『 すつきりと晴れて稲刈日和かな 』

白魚火弥生俳句会 美奈子



東志和地域センター
〒739-0262
東広島市志和町志和東3887-1
TEL(082)433-2922

涼しい秋風に、高く澄んだ空。大きく深呼吸したくなるような気持ちの良い季節ですね。
過ごしやすくなってきたこともあり、食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋・・・と様々なことに
挑戦してみたいかがでしょうか。センターでの教室活動や主催講座に是非ご参加ください♪

10月のご利用予定

日	曜	行事	時間	日	曜	行事	時間
1	木	麻雀同好会	13:00～16:00	16	金	俳句教室	10:00～16:00
		東志和パソコン同好会	9:30～11:30			志和フラスターズ	13:30～15:00
2	金	囲碁教室	13:00～16:00			志和Bパソコン同好会	14:00～16:00
		志和Bパソコン同好会	14:00～16:00			フレンドリー歌謡教室	19:00～21:30
		フレンドリー歌謡教室	19:00～21:30			空手道教室	18:00～20:00
		空手道教室	18:00～20:00	19	月	手作りお菓子講座	9:30～12:30
3	土	型彫り同好会	10:00～12:00			いきいき百歳体操	9:30～11:15
5	月	絵手紙教室	9:30～11:30	20	火	ヨガ教室	14:00～15:30
		いきいき百歳体操	9:30～11:15	21	水	琴クラブ	13:20～16:10
6	火	ヨガ教室	14:00～15:30	22	木	はつらつ体操教室	14:00～15:00
7	水	型彫り同好会	10:00～12:00			麻雀同好会	13:00～16:00
		B.Bスマイル	10:00～11:00			志和の美文字・書道教室	9:30～11:30
		琴クラブ	12:40～16:10			囲碁教室	13:00～16:00
8	木	はつらつ体操教室	14:00～15:00	23	金	志和Bパソコン同好会	14:00～16:00
		麻雀同好会	13:00～16:00			空手道教室	18:00～20:00
		移動図書館「としよまる」	16:00～16:30	24	土	生花教室	9:30～10:30
		自治協議会 理事会	19:00～21:00			いきいき百歳体操	9:30～11:15
9	金	志和の美文字・書道教室	9:30～11:30	26	月	リハビリの家庭教師いと・うえい	10:00～12:00
		囲碁教室	13:00～16:00			己書筆まるまる道場	13:30～15:30
		志和Bパソコン同好会	14:00～16:00			フレイル測定会	13:30～15:00
		空手道教室	18:00～20:00	27	火	野菜作り名人講座	10:00～11:30
10	土	生花教室	9:30～10:30			パッチワーク教室	13:00～15:00
13	火	パッチワーク教室	13:00～15:00			ヨガ教室	14:00～15:30
		ヨガ教室	14:00～15:30	28	水	オカリナ同好会	10:00～11:30
14	水	オカリナ同好会	10:00～11:30			琴クラブ	12:00～15:30
		琴クラブ	12:00～15:30	29	木	麻雀同好会	13:00～16:00
15	木	東志和パソコン同好会	9:30～11:30			囲碁教室	13:00～16:00
		B.Bスマイル	10:00～11:00	30	金	志和フラスターズ	13:30～15:00
		ビーズ教室	13:30～15:30			空手道教室	18:00～20:00
		麻雀同好会	13:00～16:00				

いきいき百歳体操

10月の開催日
5日・19日・26日
* 12日はお休みです。



毎週月曜日
感染予防の為2班に分かれて行っています。
①9:30～10:15 ②10:30～11:15
参加費 無料
持参物 運動のできる服装、室内シューズ
飲み物、手首につける軽い重り
初めて参加の方は②にお越しください。
* おもりは初めての時は貸し出すこともできます。



手作りお菓子講座

～クッキーシュー～

日時 令和8年10月19日(月)
9時30分～12時30分
講師 長沼 美和 先生
材料費 1,200円
持参物 エフロン・三角巾・マスク
保冷パック・保冷剤
申込み 先着8名(16日締切)



外はざくざく
中は濃厚なクリーム
で仕上げます♪



野菜作り名人講座

～栽培ポイントとコツ～

第4回 玉ねぎと冬野菜を育てるコツ!

日時 令和8年10月27日(火)
10時00分～11時30分
講師 藤井 優一 先生

玉ねぎに病気が付く・・・白菜にヨトウが入る・・・
コツが分かれば怖くない! あなたも野菜作り名人に!



健康福祉部会主催

フレイル測定会

～今の自分の身体機能を知ることから始めよう～

日時 令和8年10月26日(月)
①13時30分～
②14時00分～
③14時30分～
定員 30名(①～③それぞれ10名ずつ)
所要時間 1人20分程度

無料
*要予約

