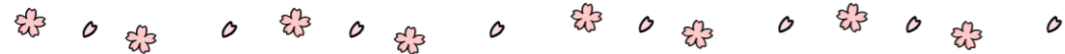


東志和地域センターだより

東志和地域センターでは日々の生活をより楽しく、生きがいのある暮らしにお役立て出来る講座を計画しました。是非、興味のある講座にご参加ください！

主催講座 年間予定

* 内容が変更になる場合があります。その都度、センターだよりでお知らせしますのでご確認ください



季節を彩る 楽しい寄せ植え講座

【4月9日, 7月9日, 12月3日】

10時00分~11時30分

材料費 2,800円~

* 値段の高騰により変更の場合があります

西条緑化造園 副支店長

講師 栗栖 さとみ 先生



暮らしに役立つ ガーデニング基礎講座



野菜作り名人講座

~栽培ポイントとコツ~

【4/21・6/2・8/18・10/27 計4回開催】

10時00分~11時30分

講師 藤井 優一先生

剪定の仕方や病気対策など
講義だけではなくセンターの畑で
実習もしていきます。



お正月の準備に・・・

お正月アレンジメント

【12月24日(木)】10時00分~12時00分

材料費 1,800円

* 値段の高騰により変更の場合があります



3センター共同企画



サマースクール'26

子どもが主役!
世代をつなぐ地域共生

【7月29日(水)】8時00分~16時00分

* 17:00まで在籍できます

場所 西志和地域センター

昼食は蜜源カレー
おやつは 綿菓子を作ろう!



地元企業の工場見学(食協)や
広大生とボードゲームで遊んだりと
色々な世代の方々と過ごす楽しい1日♪



誰もが居場所を持てる 地域づくり講座

(各木曜日 / 全4回)

5/28, 7/30, 9/24, 11/26

9時30分~11時30分

講師 奥村早苗先生(進行)

大竹智子先生(伴奏)

明治、大正、昭和の懐かしい歌を
皆さんと一緒に歌いましょう。

うたごえひろば 脳活! 笑活! 歌活!



生活に取り入れる 健康ストレッチ体操講座

【7月28日(火)】10時00分~11時30分

講師 酒井 紀子 先生



手作りお菓子講座

【6/15, 10/19, 2/8】

9時30分~12時30分

講師 長沼 美和 先生

材料費 1000円~1500円

* 値段の高騰により変更の場合があります



昔ながらの 自然食品講座

講師 兼友 典子 先生

【11月17日頃 予定】
手作りの焼き肉のたれ



【12月5日頃 予定】
手作り味噌づくり



ていねいな暮らしの食講座

自律神経を整える手焙煎コーヒー

【9月29日(火)】10時00分~12時00分

男性の参加大歓迎!

講師 山下 里美 先生

焙りたてのコーヒーの香りは自律神経を整え、
精神的にも身体的にも良い効果があります。
手焙煎コーヒーを通して心を落ち着かせる
ワークショップを一緒にしましょう。



東志和地域センター 文化活動教室

各教室の活動（自主サークル・自治協議会部会活動）をご紹介します。
ご自分の生活に活かされてはいかがでしょうか？

	教室	利用日	活動時間	講師・代表(敬称略)
月	絵手紙教室	第1月曜日	9:30~11:30	梅田 喜代子
	いきいき百歳体操	毎週月曜日(第3は休み)	①9:30~10:15 ②10:30~11:15	
	子育てママ集会	月1回	10:00~11:30	教育文化部会
火	フォトサークル・写人	第2火曜日	10:00~12:00	澤田 敏郎
	パッチワーク教室	第2・4火曜日	13:00~15:00	原田 千代
	ヨガ教室	毎週火曜日	14:00~15:30	水戸 雅美
水	琴クラブ(春志会)	毎週水曜日	11:00~16:00	谷本 純子
	オカリナ同好会	第2・4水曜日	10:00~11:30	安田 順子
	合唱教室(コーロ・コメスタ)	第3水曜日	13:30~15:00	平澤 正直
木	ビーズ教室	第3木曜日	13:30~15:30	宮本 厚子
	B.Bスマイル	第1水曜日・第3木曜日	10:00~11:00	西垣内 陽子
	東志和パソコン同好会	第1・3木曜日	9:30~11:30	村上 辰雄
	はつらつ体操教室	第2・4木曜日	14:00~15:00	向田 香織
	健康麻雀同好会	毎週木曜日	13:00~16:00	健康福祉部会
金	志和パソコン同好会	毎週金曜日	14:00~16:00	村上 明美
	囲碁教室	第1・2・4・5金曜日	13:10~15:50	中津 正秋
	俳句教室(白魚火弥生俳句会)	第3金曜日	10:10~15:50	渡邊 春枝
	志和フリスターズ	第1・3金曜日	13:30~15:00	北原 美枝
	フレンドリー歌謡教室	第1・3金曜日	19:00~21:30	福岡 裕子
土	生花教室	第2・4土曜日	9:30~10:30	小幡 美枝子
	型彫り同好会	第1水曜日・第1土曜日	10:00~12:00	渡部 重夫
	ペタンク同好会	毎週水曜日・土曜日	9:00~11:30	ペタンク同好会
	グランドゴルフ同好会	毎週火曜日・土曜日	火9:00~11:30 土13:30~15:30	健康福祉部会
		錬心館広島地区本部志和支部 志和町空手スポーツ少年団	毎週土曜日	18:00~21:00

*各教室のお問い合わせ・参加申し込みなどは地域センターまでご連絡ください。

東志和地域センター
〒739-0262
東広島市志和町志和東3887-1
TEL&FAX(082)433-2922
平日(月・水・金) A.M9:00~12:00



志和堀地域センター
西志和地域センターにも
毎月のセンターだよりを数部
置いていますのでご利用ください。

月

絵手紙教室

毎月1回、季節に合わせた絵手紙を作成し、センターに掲示しています。
下手でもいい、下手がいい!!
自由に想いを表現してみませんか。



いきいき百歳体操~いきいき生城山~

椅子に座ってできるおもりを使った筋力運動です。
継続することで転倒予防やフレイル予防になります。



子育てママ集会

E児付で子育て中のママやパパも参加できます。
子育ての話やリフレッシュの時間を過ごしましょう。



火

フォトサークル・写人

月に1回、野外で写真撮影をしたり
写真の観賞をしたりします。
展示会にも出品します。



パッチワーク教室

パッチワークでタペストリーや小物を作ります。
自分のペースで楽しみながら作品を作ります。

ヨガ教室

ヨガは自律神経を安定させ
女性ホルモンを整える時に有効です。
心も身体もリラックスさせませんか。



水

オカリナ同好会

オカリナの音色で癒されませんか。
初心者の方大歓迎です。個人レッスンも受け付けます。



琴クラブ

生田流で13本の弦を弾きます。
個人レッスンで琴の貸し出しもできます。
初心者の方大歓迎です。



合唱教室

コーロ・コメスタ

声を出すのは健康の元です。
声の重なる楽しさ、美しさを味わってみませんか？

金

囲碁教室

女性の方の参加も大歓迎です。



志和パソコン同好会

エクセル、ワード、インターネット等、個別に指導します。



志和フリスターズ

フラダンスは心のリラックス効果や
ダイエット効果にも期待できます。

フレンドリー歌謡教室

(カラオケ教室)

カラオケのレッスンを受けて
歌唱力アップで歌をより一層
楽しみましょう。



白魚火弥生俳句会

俳句を持ち寄り、みんなで
勉強したり、感想を
言い合ったりして俳句を
楽しみます。

空手道教室

志和町空手スポーツ少年団 錬心館

三永と志和で週2回練習しています。

木

東志和パソコン同好会

エクセル、ワード、インターネット等、
個別に指導します。



ビーズ教室

ビーズでフローチャやキーホルダー
アクセサリなどを作ります。



はつらつ体操教室

アクティブでフレイル予防にもなる体操です。



健康麻雀同好会

初心者、女性の参加大歓迎です。



B.Bスマイル

【第1水曜日・第3木曜日】

バランスボールを使った体操です。
骨盤矯正やリズムに合わせて
脳トレにもなる運動です。



土

池坊

生花教室

花のある生活を送りませんか？
池坊の生花や自由花、立花を習います。



型彫り同好会

【第1水曜日・第1土曜日】

柿渋紙に小刀で文様や図柄を
切り抜いた型紙で日本の
伝統工芸です。

