



七五三(11月15日(土))

七五三は、7歳、5歳、3歳の子どもの成長を祝う日本の年中行事で宮詣の日です。この節目に成長を神様に感謝し、お祝いをしたことが七五三の由来とされています。歴が中国から伝わった際に奇数は陽、つまり縁起が良いとされたため「3歳で言葉を理解、5歳で知恵がつく、7歳で乳歯が生えかわる」という成長の節目の歳のためともいわれます。

他に3歳の男の子・女の子「髪置きの儀」
5歳男子の子「袴着（はかまぎ）の儀」
7歳の女の子「帯解き（おびとき）の儀」
ともいわれ、成長するわが子に対する親心となります。



【9.10月の講座】

健康教室

～二重課題トレーニング～ 9/19

八本松地域包括支援センター多谷さんから二重課題(〇〇しながら●●する脳トレ)について「前頭葉を鍛え転倒予防に繋がる」とお話があり「効果も二重じゃね」と笑い声がこだまする楽しい講座になりました。



～体幹の力 バランス能力～ 10/17

AOIケアリングステーションの理学、作業療法士のご指導で『体幹を意識して日常生活を過ごしましょう』と講話がありました。後半は、室内巡回をしながら、参加者それぞれに合わせた運動アドバイスを受けました。



バランスボール 10/6

10人の参加者がインストラクターYOKOさんと体を動かしました。ボールの弾力を使った体幹運動です。まずは無料体験から、お気軽にお問合せください。

原の野菜づくり教室 9/4.10/2

JAひろしま営農指導員の方から「野菜の病害虫対策のポイント3点について①早めの予防②発生時の治療③予防と治療を区別して対応すること」と説明がありました。



料理教室 10/21 次の3品①山賊むすび:白米と炊飯後の米を計量し

事前にむすびの大きさや個数の見当をつける②かき揚げ:旬の野菜を余すことなく食する意識③イモンブラン:講師のアイデア簡単デザートを料理しました。参加者から「家でも作ってみましたよ」と嬉しいお話が届きました。



日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1 13:30 自治協主催 健康講演会
2 13:30 自治協 自治会長理事合同会議	3 文化の日	4 9:30 ベタンク 15:00 放課後子供教室	5 9:30 パソコン 13:30 卓球	6 9:30 いきいきサークル 13:30 主催講座 野菜づくり教室	7 10:00 ゆるっと空手 19:00 錬心館西条	8 13:30 広島県知事選挙準備
9 7:00～20:00 広島県知事選挙	10 10:00 主催講座 バランスボール	11 9:30 フォークダンス 15:00 放課後子供教室	12 13:30 主催講座 健康教室特別編 ラージ卓球	13 9:00 自治協 文化祭準備 休館	14 9:00 自治協 文化祭準備 休館	15 9:00～16:00 自治協主催 文化祭
16 9:00～15:00 自治協主催 文化祭	17 9:00 自治協 文化祭片付け 休館	18 15:00 放課後子供教室	19 9:30 パソコン 13:30 卓球	20 9:30 いきいきサークル	21 10:00 主催講座 健康教室 14:00 篠音会	22
23 勤労感謝の日	24 振替休日 10:00 原グラウンドゴルフ	25 9:30 フォークダンス 15:00 放課後子供教室	26 13:30 卓球	27 9:30 いきいきサークル 13:30 原シニア支援交流会	28 10:00 ゆるっと空手 13:30 主催講座 RYOJIトーク&ライブ 昭和の歌を歌おう	29
30 13:30 新・原民謡保存会	講座によっては、参加費や材料費が必要な場合があります。参加希望の方は、事前に地域センターにご連絡ください。☎082-429-0013 前月20日まで手続きされた団体を記載しています。センター使用申請は使用日の7日前までです。ご協力ください。 東広島市に気象警報が発令された場合は、センター使用をお控えください。					

原自治協議会行事

原文化祭 11/15(土)～16(日)

原もりあげ隊

■最新情報は、原もりあげ隊の公式
ホームページでご確認ください。
<https://haramoriagetai.localinfo.jp/>



原グラウンドゴルフ大会

11/24 (月) 受付9:30～

参加者募集 回覧をご覧ください
1チーム4名で申し込んでください

原地域センター 主催講座



健康教室 10:00～

○11/21(金)～ロコモ予防測定会～

○12/19(金)～健康維持の運動～

昭和百年記念 昭和の歌を歌おう

11/28(金) 13:30～15:00

～RYOJIのトーク&ライブ～

健康教室 特別編

ラージボール(卓球)

11/12(水) 13:30～15:30

広島大学 田中研究室

八本松地域包括支援センター

フラワーアレンジメント

12/24 (水) 10:00～11:30

～お正月を艶やかに迎えましょう～



生涯学び、活躍できる環境の整備と学びを通じたまちづくりの推進

～市全体を、学びのキャンパスに～

原地域センター

主催講座

RYOJI のトーク&ライブ



歌とおしゃべり

ウェルビーイング

日時：① 令和 7 年 **11 月 28 日** (金)

『昭和百年記念 昭和の歌を歌おう part2』

② 令和 8 年 **2 月 27 日** (金)

『人権学習 人生百年時代を楽しく』

いずれも **13:30～15:00**

場所：原地域センターホール

講師：RYOJI（岡田良二）さん 社会教育指導員



RYOJI（岡田良二）さん

1955 年広島県呉市生まれ、瀬戸内の島、下蒲刈で育つ。

東京学芸大学教育学部を卒業し、東広島市公立小学校の教諭となり、市教育委員会、市長部局を経て、市内外の公立小学校教頭、校長を歴任し、2016 年 3 月定年退職。

現在は、市教育委員会社会教育指導員。

その間、「みんなのちからにありがとう」「ばあちゃんの宅配便～東広島から～」「明日に向かって」など市民の皆さんが元気になる歌を制作。

今は、ギターを抱えての講演活動に奔走する。

だれもが聴いたことのある音楽で これまでの人生を振り返り
百歳に向けてのこれからの人生を ゆっくり・じっくり・楽しく 過ごしましょう



申込希望される方は、電話・メール・窓口などで
各回 10 日前までに原地域センターまでご連絡く
ださい。

皆さんのご参加をお待ちしています。

問い合わせ・申込先 原地域センター

TEL/ FAX

E-mail

(082)429-0013

受付時間 平日9時から12時まで



お正月飾り

～生活のアクセントになる空間を～



令和7年12月24日(水)

10:00～11:30

場 所：原地域センター

定 員：10人程度

材料費：3,000円程度

持参物：花ばさみ・容器・持ち帰り用袋など

昨年利用された容器などあればお持ちください
容器の大きさはおよそ10×10×10 (cm)

申 込：メ切12月10日
お名前・ご連絡先・容器の有無を
原地域センターまでお知らせください



写真は昨年度の様子です

日本フラワーアレンジメント協会認定講師指導

お正月の花のお話をしながら
アレンジメントを楽しみましょう
教室で制作したお花は
そのままお家に飾っていただけます

問合せ： 原地域センター

八本松町原3561

082-429-0013



☒アドレス

hara-k@city.higashihiroshima.hiroshima.jp



受付時間 平日9時から12時

