

5月はさわやかな風を運んでくれる季節ですね。

令和8年度になり地域センター職員の顔ぶれも少し変わりました。

今月号は来月から始まる「男性料理教室」と「心と自分の身体が蘇る体操教室」のお知らせをします。

### 男性料理教室

6月17日水曜日に始まり、来年3月17日まで8回の講座を行う男性料理教室です。

講師は長年担当して頂いている田淵敏見先生。料理経験の少ないシニアの方でも丁寧に指導してまいります。

栄養バランスの大切さを学び、奥さまのご苦勞も理解できるようになり、お孫さんにも自慢できますよ！機会が意外と少ない男同士の交流も結構楽しいようです。

参加費無料。材料費は別途頂戴いたします。

4月1日から事務職員になりました深野達朗です。趣味はマンドリンで東広島マンドリンアンサンブルでも活動中。どうぞ宜しくお願致します。



### 心と自分の身体が蘇る体操教室

5月29日、6月26日、7月24日（金曜日13時から）実施

脳を休ませながら自分自身で本来の健康的な体質にもどすことを目指す体操教室です。

講師はブレインヨガ指導歴17年の須山文子先生。

ヨガマットかバスタオルなどをご持参ください。参加費無料。

どちらも八本松地域センター窓口かお電話でお申込みください。





# 5月度 講座・行事計画表



日	曜	講座・行事	時間	日	曜	講座・行事	時間
1	金	八本松フォークダンス教室	9:00 12:00	18	月	八本松書芸会	9:30 11:30
		健康ヨガ	9:15 11:15			東広島ピラティス教室	19:30 20:30
		ハーラウナーメアフラリノリノ (フラダンス)	18:15 20:15	19	火	広大マスターズ市民講座	12:00 17:00
		あじさいロード (オカリナ教室)	10:00 12:00			蕎麦打ち会 (そば打ち教室)	10:00 12:00
		クラフト (クラフトテープで作品作り)	10:00 12:00			健康体操八本松教室	9:30 10:30
		八本松民生児童委員協議会	9:00 12:00			やさしいヨガ	18:10 20:10
7	木	東広島ピラティス教室	10:00 11:00			遊楽書道	14:30 19:30
		ハーラウナーメアフラリノリノ (タヒチアンダンス)	18:30 20:30			ハーラウナーメアフラリノリノ (フラダンス)	18:30 19:30
		熱大PC同好会	13:00 16:00	20	水	市保育課 キャリアアップ研修	12:00 17:00
		ひまわり水彩画教室	12:30 17:30			囲碁同好会	10:00 16:00
		パソコンさーくるS	13:00 15:00			ハーラウナーメアフラリノリノ (フラダンス)	18:30 20:30
8	金	八本松民生児童委員協議会	8:45 12:00			ケアメンの会	9:30 12:00
		健康ヨガ	9:15 11:15			水曜筆の会	12:30 15:30
		カパリリクラブ (ウクレレ教室)	10:30 11:30			松の実会 (俳句・俳画教室)	9:30 15:30
		広島医療生協	9:30 12:00			戦争原爆体験継承ネット	13:00 17:00
9	土	すずらんコーラス同好会	9:30 11:30	21	木	太極拳&ストレッチ	13:00 15:00
		遊楽書道	9:00 12:00			東広島ピラティス教室	10:00 11:00
		コーラス同好会	10:00 12:00			ハーラウナーメアフラリノリノ (フラダンス)	18:30 20:30
		八本松住民自治協議会 (役員会)	18:00 20:00			【主催講座】絵手紙体験教室	10:00 12:00
		にほんごわいわい	9:30 12:30			熱大PC同好会	13:00 16:00
10	日	ミュージカル&ピラティス	9:30 12:30			ひまわり水彩画教室	12:30 17:30
11	月	3ステップエクササイズ	9:00 11:00			パソコンさーくるS	13:00 15:00
		転倒予防クラブ	13:00 15:00	22	金	八本松フォークダンス教室	9:00 12:00
		【主催講座】ロコモ予防体操教室	10:45 12:15			健康ヨガ	9:15 11:15
		生け花教室 (草月流)	14:00 19:00			カパリリクラブ (ウクレレ教室)	10:30 11:30
		七ツ池俳句会	9:00 12:00			広島医療生協	9:30 12:30
		八本松太鼓	19:00 21:00	23	土	コーラス同好会	10:00 12:00
		ラベンダークラブ (リメイクソーイング)	10:00 15:00			にほんごわいわい	9:30 12:30
		2区所長補佐保育主任会	15:00 17:00	24	日	ミュージカル&ピラティス	9:30 12:30
		八本松書道同好会	9:30 11:30			瑞龍会	14:00 19:00
		八本松書芸会	13:00 15:00	25	月	3ステップエクササイズ	9:00 11:00
12	火	広大マスターズ市民講座	12:00 17:00			転倒予防クラブ	13:00 15:00
		蕎麦打ち会 (そば打ち教室)	10:00 12:00			【主催講座】ロコモ予防体操教室	10:45 12:15
		健康体操八本松教室	9:30 10:30			生け花教室 (草月流)	14:00 19:00
		やさしいヨガ	18:10 20:10			ラベンダークラブ (リメイクソーイング)	10:00 15:00
		遊楽書道	14:30 19:30			八本松書道同好会	9:30 11:30
13	水	囲碁同好会	10:00 16:00			県立賀茂高校 (原爆継承ネット)	13:00 17:00
		ハーラウナーメアフラリノリノ (フラダンス)	18:30 20:30	26	火	東広島商工会議所 健診	8:30 12:30
		水曜筆の会	12:30 15:30			広大マスターズ市民講座	12:30 17:00
		楽描道場	9:30 12:30			蕎麦打ち会 (そば打ち教室)	10:00 12:00
		原爆体験継承ネット	13:00 17:00			健康体操八本松教室	9:30 10:30
		行政・心配ごと相談	12:30 15:30			やさしいヨガ	18:10 20:10
14	木	太極拳&ストレッチ	13:00 15:00			遊楽書道	14:30 19:30
		東広島ピラティス教室	10:00 11:00			香りのフードラボ	10:00 12:00
		更生保護女性会八本松支部	9:00 12:00			パソコンさーくるS	13:00 15:00
		パッチワーク同好会	9:30 12:30	27	水	囲碁同好会	10:00 16:00
		パソコンさーくるS	13:00 15:00			四ツ葉会 (家系図作成の勉強会)	13:00 16:00
15	金	八本松フォークダンス教室	9:00 15:00	28	木	東広島ピラティス教室	10:00 11:00
		健康ヨガ	9:15 11:15			たんぼぼの会 (絵手紙教室)	9:30 11:30
		ハーラウナーメアフラリノリノ (フラダンス)	18:15 20:15			八本松短歌会	10:00 14:00
16	土	熱年大学コーラス講座	9:00 12:00			パソコンさーくるS	13:00 15:00
		にほんごわいわい	9:30 12:30	29	金	八本松フォークダンス教室	9:00 12:00
17	日	ミュージカル&ピラティス	9:30 12:30			健康ヨガ	9:15 11:15
18	月	3ステップエクササイズ	9:00 11:00			【主催講座】心と自分の身体が蘇る体操教室	13:00 15:00
		八本松太鼓	19:00 21:00	30	土	八本松住民自治協議会 (自治会部会)	18:00 20:00
		子どもの未来を育む学び舎	9:00 17:00			にほんごわいわい	9:30 12:30

★この講座・行事予定は令和8年4月20日までに使用許可申請書の提出・仮予約があったものです