

八本松地域センターだより

令和7年10月20日発行

☎・Fax 082-428-3061

11月号

令和7年も残り二ヵ月になりました。転げ落ちるように過ぎる月日の速さに愕然としているのは年を取ってきた私だけでしょうか？

今回は2回目となる「怪我をしない為の体操教室」と「フラダンス体験会」のお知らせをいたします。

第2弾 怪我をしないための体操教室

前回に引き続きブレインヨガ歴17年の須山文子先生をお招きし、「怪我をしないための体操教室」を開催することになりました。

日時：11月14日（金曜日） 13時～14時半

場所：八本松地域センター（和室）

定員：15名

参加費：1,000円

持ち物：水分、ヨガマット（座布団等でも可）、バスタオル

お申し込みは直接八本松地域センターの窓口へ!!



心の声に耳を
傾けて!

場所:八本松地域センター
和室

12/9 (火) 1/13 (火)

はじめてのフラダンス
ハワイアンフラ
体験会

世代別クラス（女性限定）
各45分

①10:30～健康いきいきゆったりフラダ

②11:30～楽しいフラダンス
（未就学児のお子様連れオッケー）

体験費500円

持参物/運動しやすい服、水分、
裸足になる方は足を拭くもの

ご予約、お問い合わせは
八本松地域センターまで
082-428-3061

『はじめてのフラダンス』
南の島ハワイの歌で、
ゆったりと体を
動かしてみませんか。
体のリフレッシュと
心の癒し効果で
健康促進しましょう🌺



フラ&オリタヒチ花花
Mizue &
Yuko





11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	
			開始	終了				開始	終了
1	土	子ども絵手紙教室（自治協青少年育成部）	9:00	12:00	14	金	カバリリクラブ（ウクレレ教室）	10:30	11:30
2	日	ミュージカル&ピラティス	9:30	12:30			アロマサークルアロハート	13:00	15:00
3	月	文化の日			15		【熟年大学】コーラス講座	9:00	12:00
4	火	東広島市議会 市民経済委員会 議会報告会	17:00	20:00			にほんごわいわい	9:30	12:30
		蕎麦打ち会	10:00	12:00			市政報告会（小池恵美子議員）	9:30	12:00
		健康体操八本松教室	9:30	10:30	16	日	市都市計画課	9:00	17:00
		やさしいヨガ	18:10	20:10	17	月	3ステップエクササイズ	9:00	11:00
		遊楽書道	14:30	19:30			転倒予防クラブ	13:00	15:00
		農業委員会	13:30	15:30			生け花教室	14:00	19:00
		ハーラウナーメアフラリノリノ（フラダンス教室）	18:30	19:30			八本松書道同好会	13:00	15:00
5	水	囲碁同好会	10:00	16:00			八本松太鼓	19:00	21:00
		ハーラウナーメアフラリノリノ（フラダンス教室）	18:30	20:30			八本松書芸会	9:30	11:30
		水曜筆の会	12:30	15:30			【熟年大学】パソコン講座	13:00	16:00
6	木	太極拳&ストレッチ	13:00	15:00			ラベンダークラブ	10:00	15:00
		放課後子ども教室	15:30	17:00	18	火	市保育課 子育てサポート研修	12:00	16:00
		八本松体操クラブ	17:00	19:00			蕎麦打ち会	10:00	12:00
		東広島ピラティス教室	10:00	11:00			健康体操八本松教室	9:30	10:30
		熟大PC同好会	13:00	16:00			やさしいヨガ	18:10	20:10
		ひまわり水彩画教室	12:30	17:30			遊楽書道	14:30	19:30
		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（フラダンス教室）	18:30	19:30
7	金	八本松フォークダンス教室	9:00	12:00	19	水	《主催講座》男性料理教室	9:30	11:30
		錬心館八本松空手教室	19:00	21:00			囲碁同好会	10:00	16:00
		健康ヨガ教室	9:15	11:15			ハーラウナーメアフラリノリノ（フラダンス教室）	18:30	20:30
		ハーラウナーメアフラリノリノ（フラダンス教室）	17:30	20:30			ケアメンの会	9:30	12:00
		広島医療生協	9:00	13:00			水曜筆の会	12:30	15:30
		八本松民生児童委員協議会	9:00	13:00			松の実会	9:30	15:30
		クラフト（クラフトテープで作品作り）	10:00	12:00	20	木	太極拳&ストレッチ	13:00	15:00
8	土	【熟年大学】コーラス講座	9:00	12:00			放課後子ども教室	15:30	17:00
		県知事選挙 準備	13:00	22:00			東広島ピラティス教室	10:00	11:00
		広島二紀会	12:00	16:00			《主催講座》絵手紙体験教室	10:00	12:00
		コーラス同好会	9:30	11:30			熟大PC同好会	13:00	16:00
		にほんごわいわい	9:30	12:30			ひまわり水彩画教室	12:30	17:30
9	日	県知事選挙 投票日	7:00	21:00			パソコンさーくるS	13:00	15:00
10	月	3ステップエクササイズ	9:00	11:00	21	金	八本松フォークダンス教室	9:00	15:00
		転倒予防クラブ	13:00	15:00			錬心館八本松空手教室	19:00	21:00
		東広島ピラティス教室	19:30	20:30			健康ヨガ教室	9:15	11:15
		《主催講座》ロコモ予防体操教室	11:00	12:00			ハーラウナーメアフラリノリノ（フラダンス教室）	17:30	20:30
		生け花教室	14:00	19:00			県公立小中事務職員研究協議会	13:00	17:00
		七ツ池俳句会	9:00	12:00	22	土	すずらんコーラス同好会	9:30	11:30
		八本松書芸会	13:00	15:00			コーラス同好会	9:30	11:30
		八本松太鼓	19:00	21:00	23	日	勤労感謝の日		
		八本松書道同好会	9:30	11:30	24	月	振替休日		
		【熟年大学】パソコン講座	13:00	16:00	25	火	健康体操八本松教室	9:30	10:30
		ラベンダークラブ	10:00	15:00			やさしいヨガ	18:10	20:10
11	火	拳志館八本松（空手道教室）	18:40	20:40			遊楽書道	14:30	19:30
		蕎麦打ち会	10:00	12:00			パソコンさーくるS（インターネット）	13:00	15:00
		健康体操八本松教室	9:30	10:30	26	水	囲碁同好会	10:00	16:00
		やさしいヨガ	18:10	20:10			四ツ葉会	13:00	16:00
		遊楽書道	14:30	19:30	27	木	市保育課 子育てサポート研修	12:00	17:30
12	水	囲碁同好会	10:00	16:00			東広島ピラティス教室	10:00	11:00
		楽道場	9:30	12:30			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
		行政・心配ごと相談（受付13:00～）	12:30	16:30			たんばの会（絵手紙教室）	9:30	11:30
13	木	放課後子ども教室	15:30	17:00			八本松短歌会	10:00	14:00
		八本松体操クラブ	17:00	19:00			パソコンさーくるS	13:00	15:00
		東広島ピラティス教室	10:00	11:00			放課後子ども教室	15:30	17:00
		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	28	金	市保育課 キャリアアップ研修	9:00	17:00
		更生保護女性会八本松支部	9:00	12:00			錬心館八本松空手教室	19:00	21:00
		パッチワーク同好会	9:30	12:30			健康ヨガ教室	9:15	11:15
		パソコンさーくるS	13:00	15:00			カバリリクラブ（ウクレレ教室）	10:30	11:30
14	金	八本松民生児童委員協議会	8:45	14:30			八本松フォークダンス教室	9:00	12:00
		錬心館八本松空手教室	19:00	21:00	29	土	八本松住民自治協 こどもまつり準備	9:00	22:00
		健康ヨガ教室	9:15	11:15			にほんごわいわい	9:30	12:30
		怪我をしない為の体操教室	13:00	15:00	30	日	八本松住民自治協 こどもまつり	8:00	16:00

★この講座・行事予定は令和7年10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