

宇山地域センターだより

2025年5月号
東広島市河内町宇山 1481
Tel/fax082-438-0449

《4月の活動報告》

・いきいき＊美容教室 4月17日(木)

資生堂ジャパン(株)より村上優美子さん、岩田敦子さんにご指導頂きました。健康寿命の鍵となる「運動・食事・交流」とお化粧(身だしなみ)の関係について学び、メイクアップの実技をしました。身だしなみを整えると、気持ちが華やぎ元気がわいてきます。講座終了後、参加者皆さんのキラキラ笑顔が印象的でした。



《5・6月のお知らせ》

防災講座・普段～災害時にも役立つ食事作り

冷蔵庫の正しい使い方と、災害・停電時の利用方法を学びましょう。
また、同じ材料で味付けを変えた料理を調理、試食してみましょう。

講師：坂手 滝代氏

日時：5月29日(木) 9時30分～12時

場所：宇山地域センター 研修室

材料費：500円



申込締切：5月23日(金)

農業体験・サツマイモ苗植え

今年もサツマイモを栽培します！今回の作業は、マルチの穴あけと苗植えです。
ワイワイと楽しく作業すればあっという間に完了します。一緒に汗を流しましょう。
(秋の収穫作業の参加者は、サツマイモをお持ち帰りいただきます。)

日時：6月7日(土) 10時～12時

集合場所：宇山地域センター駐車場

持ち物：帽子・長靴・タオル・軍手等

申込締切：5月30日(金)

★どちらも別紙をご覧くださいお申し込みください。

《地域の行事予定》



- *住民自治協議会『四季の里宇山』総代会 5月20日(火)19時～ 多目的ホール
- 福祉保健部「ハーブの苗植え」 5月22日(木)10時～ 研修室
- 体育健康部「モルック」 5月25日(日) 9時～ 運動場
- *宇山サロンしらゆりの会 サロン 5月7日(水)13時30分～ 研修室

