

高屋西地域センターだより

2015(平成26)年も地域の方々を始め、多くの皆様方に当施設のご利用をいただきと共に、ご支援ご鞭撻を賜り厚くお礼を申し上げます。

2016(平成27)年も地域の方々を始め、多くの方々に当施設のご利用をいただきますようお願い申し上げます。

●高屋西地域センター利用件数及び利用人数 上段は年間の使用状況

件数等	区別	主催	市関係	市社協	自治協	貸し館	合計
件数		7	9	11	3	107	137
人数		69	269	550	37	1603	2528

》》新年度の高屋西地域センター主催講座案内《《

★きらり生活塾

いろんな先生から知恵や工夫を習って生活を輝かせましょう。各1回講座ですのでその都度お申込み下さい。

その1手ぬぐいで作る帽子と三角巾

手ぬぐい1枚を手縫いで素敵な帽子に、バンダナを結ばずにかぶれる三角巾に変身させます。お喋りしながらチクチク楽しい時間を過ごしませんか？

講師 檜山信子

日時 4月28日(月)13:00~15:00

場所 高屋西地域センター 第3研修室

対象 どなたでも

参加費 材料費実費

申込締切 4/19必着

その2生活が楽しくなるわくわく片付け術

片付け術について楽しくお話して頂きます。身のまわりも心の中もスッキリ整理してみませんか？

講師 整理収納アドバイザー1級 久保玲子先生

日時 5月18日(月)13:30~15:30

場所 高屋西地域センター 第3研修室

参加費 300円

申込締切 5/10必着

★笑えない人のための笑いヨガ

体操服のいない健康体操

笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた運動です。笑うことによって、自己治癒力は向上し自律神経を整えられますと言われます。あなたも大いに笑って元気になりませんか？

講師 笑いヨガティーチャー 吉長孝衛先生

日時 5/15~第1・第3金曜日 13:30~14:30

場所 高屋西地域センター ホール

対象 どなたでも

参加費 15回分 3000円(初回 徴収させていただきます)

申込締切 5/8必着

★ラージボール卓球教室

普通の卓球より4ミリ大きなボールと、回転のかかりにくい表ラバーを使った親しみやすい卓球です。

講師 松本美芽先生・大野智津代先生

日時 4月~第2・第4月曜日 13:00~15:00

場所 高屋西地域センター ホール

対象 卓球未経験者

定員 15人

申込締切 4/5必着



★点描画アートセラピー

点を連ねて自由に絵を描いていくことによって、手や目や脳の感覚を刺激して五感の活性化を図ります。

講師 三好雅子先生

日時 ①5月9日(土)10:00~12:00

②5月23日(土)10:00~12:00

場所 高屋西地域センター 第3研修室

対象 障害の有無を問わず小・中学生と保護者

定員 各回10組

参加費 作成される方1人につき500円

申込締切 4/30必着

★パークゴルフ

気軽に楽しめるパークゴルフで、いつまでも衰えない体づくり、仲間づくりをしませんか？

日時 基本毎月第1月曜日

場所 河内パークゴルフ場又は福富パークゴルフ場
(次回は4/6(月)河内パークゴルフ場の予定)

参加費 基本2ラウンド900円ですが、割引・助成券も使えます。

随時募集中(前年度より継続される方は申込不要)

★スポーツ吹き矢

心肺能力を高め、集中力を養います。吹いた矢が的を射たときには気分爽快！

日時 毎月第2・第4水曜日 9:30~11:30

場所 高屋西地域センター ホール

参加費 月額300円

随時募集中(前年度より継続される方は申込不要)



★女性のためのおしゃべりカフェ

毎回テーマを決めて、お茶を飲みながら気軽にお喋りしましょう。共通の悩みを持った人や気の合う人と出会えるかも。

日時 基本 毎月第2木曜日13:30~15:30

対象 女性

参加費 お茶代

申込不要



次回 5/14(木)

第2研修室にて 13:30~15:30

テーマ 「老いた親について」

*定員のある講座(ラージボール卓球教室・点描画アートセラピー)の希望者が多数の場合は、申込締切後抽選の上、受講の可否を連絡します。先着順ではありません。

こんなことが学習したい、こんなことを一緒に学習するグループが作りたい、などの希望がありましたら、地域センター職員にお気軽に声をおかけください。

以上の主催講座の申込は、はがき・FAX・もしくは窓口で、締切までに

- ①希望講座名
 - ②〒番号
 - ③住所
 - ④ふりがな・お名前(お子様の場合は学年も)
 - ⑤電話番号
- を記入してお申込み下さい。

申込先 高屋西地域センター

〒739-2102東広島市高屋町杵原1316-1

TEL&FAX 082-434-0245

地域センターは、公民館等の従来の生涯学習機能を継承するとともに、地域の拠点機能を担い、住みよい地域社会の形成を目指します。

高屋西地域センター

開館時間 必須開館時間 9:00~12:00(月~土)

その他の時間は使用申請に応じて開館しております。(8:30~22:00)

休館日 祝日と12/29~1/3

4月**高屋西地域センター行事予定表**

日	曜	行 事	日	曜	行 事
1	水	生現クラブ・Jr 硬筆・スタジオパル・ウクレレ・謡友会 ジャズダンス・スポーツ吹矢・合唱・ パークゴルフ	17	金	手まり・錬心館空手道・健康ヨガ 子ども家庭課
2	木	高屋西ファイターズ・安芸岳風会 みんなで歌おう	18	土	きつつき・陶芸・民児協・環境部会
3	金	FFC親子体操・ふれあい若返る会 健康ヨガ・錬心館空手道	19	日	ロスサリリ
4	土	自治協総会・陶芸・民児協・きつつき	20	月	さくら草・けんこう会・高屋ひろば
5	日	中島福寿会・日名条自治会・中島台自治会 中島西南自治会・緑ヶ丘自治会・ロスサリリ	21	火	スポーツダンス・高屋囲碁教室
6	月	さくら草・高屋ひろば・けんこう会 FFC親子体操・手まり教室・環境部会	22	水	ス吹き ・ジャズダンス・謡友会・ひよっこ・Jr 硬筆・合唱・アンドウトロワ・高屋書道・てまり
7	火	東広島スポーツダンス・医療生協 高屋囲碁教室・図書まる	23	木	高屋西ファイターズ・水彩連盟・安芸岳風 会・ひよっこ・犬の予防接種
8	水	スポーツ吹矢 ・合唱・ジャズダンス・謡友会 アンドウトロワ・Jr硬筆・G線クラブ・高屋書道	24	金	FFCスポーツ・絵手紙・ハーモニカ・健康 ヨガ・松下様・猟銃検査
9	木	高屋西ファイターズ	25	土	市議選準備
10	金	FFCスポーツ・錬心館・絵手紙・雉俳句 保育所所長会・健康ヨガ・ハーモニカ	26	日	市議選
11	土	統一地方選挙準備	27	月	さくら草・ ラージ卓球 ・ちぎり絵・高屋ひろ ば・心配事相談
12	日	統一地方選挙	28	火	東広島スポーツダンス・ きらり生活塾 ・ほっと サロンりんご・高屋西囲碁友の会
13	月	さくら草・高屋ひろば・ ラージ卓球	29	水	
14	火	スポーツダンス・高屋囲碁教室・友禅小組	30	木	高屋西ファイターズ・地区社協総会
15	水	生現クラブ・ジャズダンス・謡友会 Jr硬筆・スポーツ吹矢・合唱			
16	木	ファイターズ・安芸岳風会・熟大書道・老人クラ ブ・新日本婦人・歌おう・保育所補佐主任会			

※ 囲み□は主催講座です。 ◎ 作成時点の利用申込を記入しています。 **作成日 3月25日 現在**

● **東広島市第2児童青少年センターが拡充移転されました。**

児童青少年の健全な育成と福祉の増進と（心の居場所）を確保し、青少年の健全育成と様々な活動支援を行う。移転設置場所 **市役所高屋出張所** 1階（64㎡）**開館時間** 児童生徒の等の下校時刻等を踏まえ、午後3時から午後9時まで開館となります。

自主活動グループの紹介

高屋西地域センターで自主活動をされているグループの一覧です。参加を希望される方は直接講座の方へおいで下さい。

	グループ名	活動日時	活動内容	受講料等
学習	生き活き野菜教室	毎週 木曜日	みんなでつくりよう無農薬野菜！種蒔きから始め、畑ですくすく育っていく作物を眺めつつワイワイガヤガヤ言いながら、青空の下で汗を流し、心身共にリフレッシュしましょう！	種苗代、肥料代等実費
	手話サークルきつつき	毎週 土曜日 13:30～15:30	一緒に手話を覚えたり、普段の生活で聞こえなかったら困ることを考えどんな工夫で便利になるだろうか？等課題を通じて学習しています。また聞こえない人と一緒に楽しむゲーム等も企画しています。	年会費 2000円
	手話通訳問題研究会			
	おとなの遠足	毎月第1第3水曜日9:00～12:00	子供の遠足のように心をときめかせながら、西高屋・高屋地区周辺の自然や史跡を巡りウオーキングしています。知識も増えると同時に健康増進にも役立ちます。	月300円
芸術	雑俳句会	毎月第2金曜日 12:30～16:00	俳句を作って、言葉に親しみ、会員同士親睦を深めています。	月謝500円
	高屋西園藝同好会	毎週 火曜日 13:00～16:00	生涯学習としての「囲碁教室」を多くの方と楽しみながら、素敵な人生を送る夢(P・P・Kびんびんころりん生涯現役)を追い求めて活動しています。まずは体験にお越しください。	年2000円
	絵手紙友の会	毎月第2・第4金曜日 10:00～12:00	先生ご指導のもと「下手でいい」をモットーに、参加者同志の親睦を図りながら楽しく活動しています。気軽に描いた絵手紙をポストに投函して楽しんでみませんか？	月謝1200円
	水彩連盟東広島支部	毎月 第4木曜日 13:00～16:00	水彩画を制作しています。初心者も何人かおられます。数人のベテランがアドバイスしながら作成しています。	年会費3000円
	陶芸から始まる世界	毎月第2・第4土曜日 9:30～11:30	世界に一つしかない自分の器を作ったり、家族や友人を喜ばす作品を作ったり、陶芸活動を通して世界が広がっています。	1回1500円
音楽	高屋書道同好会	毎月第2・第3水曜日 9:00～12:00	書道研鑽を通じて、会員相互の親睦を図り、地域交流に寄与しています。各種書道展等に出品し、書道を楽しんでいます。	月謝1500円 年会費2000円
	謡友会	毎週 水曜日 13:00～15:00	謡曲とは日本の伝統芸能である「能」を声で演じるものです。古典に親しみながら、ボイストレーニングを楽しんでいます。	月謝4000円
	安芸岳風会	毎週 木曜日 13:00～15:00	詩吟を通じて、精神の育成・人格の完成をめざすとともに、お互いの親睦を図ることを目的に活動しています。	月謝2000円
手芸	スタジオパル	毎月 第1水曜日 9:30～15:30	古い着物・帯を、素敵なチョッキやバッグや小物などにリメイクしています。どうぞ見学においで下さい。	午前 1000円 十段用料均等割り 午後 1000円
	てまり教室	月1回 9:00～15:00	参加者多数のため現在募集しておりません。	
	新日本婦人の会友禪小組	毎月 第2火曜日 10:00～12:00	手描き友禪・友友禪、ハンカチ、テーブルセンター、Tシャツから帯、着物まで布であれば何でも染められます。見学、体験いつでも大歓迎です。	1回1900円 体験料500円
	新日本婦人の会ちぎり絵サークル	月1回 月曜日 10:00～12:00	新聞のカラー部分をちぎってハガキに貼っていきます。新聞でこんな作品が！と驚くほど素敵な作品が出来上がります。材料費が0も魅力です。お喋りしながら気軽に楽しくやっています。	月1000円
音楽	ロスサリリ	毎月2回日曜日 10:00～12:00	ロスサリリとはケチュア語で旅人又は夢を遠うするという意味です。南アメリカのペルーやボリビア、チリなど古くはインカ以前から演奏されてきた民族音楽・フルクローレを演奏しています。明るく楽しくをモットーに活動していますので、興味があればのぞいて下さい。	
	ウクレレ教室	毎月第2火曜日 10:00～12:00	手軽で簡単に弾ける楽器です。唱歌、フォーク、ハワイアン等幅広く選択できて歌いながら簡単に伴奏ができます。初心者も大歓迎です。初回はウクレレもお貸しします。	1回1000円
	合唱教室	毎週 水曜日 13:30～15:30	簡単なストレッチ、そして発声練習、それから歌を歌います。合唱曲だけでなく新しい歌にもチャレンジしています。お腹の底から声を出すのは本当に楽しいです。まずは見学においで下さい。	月1000円
	G線クラブ	毎月第2・第4水曜日 13:30～15:30	「気軽に楽しく」をモットーに、和気あいあいとお稽古しています。懐かしい歌、ほのぼのとした歌、新しい歌を大正琴で奏でてみませんか？初心者の方も大歓迎です。どうぞお気軽においで下さい。	月2500円
	アンドウトロフ	毎月第2・第4水曜日 13:30～15:30	心癒される音色のオカリナで、楽しくアンサンブルをしています。興味のある方は、お気軽に見学いらして下さい。	初級3000円(税別)
	みんなで歌おう	毎月第1・第3木曜日 13:30～15:30	新しい歌から懐かしい歌まで、みんなで楽しく歌っています。老若男女どなたでも大歓迎です。あなたもぜひ一緒に歌いましょう。	1回400円 (3か月分前納)
運動	高屋ハーモニカクラブ	毎月第2・第3金曜日 3:30～15:30	童謡・唱歌から演歌まで、みんなのリクエストに応じて、いろいろな曲を吹いています。ハーモニカを吹くことで肺も鍛えられ、健康増進にも大いに役立っています。	月1000円
	ダンススポーツさくら草	毎週 月曜日 10:00～12:00	ワルツ・タンゴ・ルンバ・チャチャ等、楽しく練習します。広島県内外で行われるパーティに参加したり、デイサービス等でのボランティアなど楽しんでいます。昔懐かしい音楽で体も軽やかに楽しむことができます。	月謝5000円
	東広島スポーツダンス	毎週 火曜日 9:30～11:30	地域の人のコミュニケーションと健康維持の為、音楽と共に楽しみます。初心者も大歓迎です。	月謝2500円
	けんこう会(女性限定)	毎月第1・第3月曜日 13:20～14:50	気持ちに良い方へ体を動かして歪みを取る操作法を中心に、玄米ニギニギ体操、脳トレゲームなども行っています。痛みのある方でもできる優しい体操です。(参加者多数の為、若干名なら受け入れ可能)	年間約3000円
	生現クラブ(男性限定)	毎月第1・第3水曜日 9:30～11:00	いつまでも元気満溢、生涯現役をめざし、「操体健康法」で転倒予防・ニュースポーツをおりませた男性のみの体操教室です。	4月・10月に 3000円徴収
	ジャズダンス健康体操の会	毎週水曜日 19:30～20:30	時間が取れる人が集い、元気で生き生きと生活する為の体操です。ジャズダンスを取り入れた健康体操をリラックスムードで楽しくやっています。大勢の方の参加をお待ちしています。	月謝3000円
	高屋西健康ヨガ同好会	毎週 金曜日 19:30～21:00	年を重ねると体の自由が利かなくなります。健康的な生活を送るための筋力と柔軟性を向上させる健康法を始めませんか？遅すぎることはありません初心者大歓迎です。	月3500円
	東広島トウインクルバトン	毎週 火曜日17:00～19:00 A(小3以下)17:00～18:00 B(小4以上)17:30～19:00	バトンを回しながら曲に合わせて楽しみながら練習し、地域のイベントにも積極的に参加しています。笑顔・チームワークが自然に身に着きます。どうぞ気軽に見学に来て下さい。	月額5000円 保護者会費 10000円/人
	高屋西ファイターズ	毎週 木曜日 13:00～16:00	参加者多数のため現在募集しておりません。	
	喜楽ひよっこ踊り 倶楽部	毎月 第4木曜日 18:30～20:30	福祉施設の慰問を含め、ボランティア活動をするために踊りの練習をしています。	月300円
子供	少林寺流空手道 高屋 支部	毎週 金曜日 幼年・低学年18:30～19:30 高学年・中学高校一般19:30～21:30	礼儀作法・体づくり・ダイエットに型・組手・古武道の稽古を通して、気力・集中力の鍛錬、青少年の育成をしています。最初はみんな初心者です。千里の道もまずはその一歩から、心配せずとも大丈夫です。幼児からシニア男女問わず体験入り有り。	月謝4500円
	高屋ひろば	月3～4回 月曜日 10:00～12:00	高屋地域を中心とした、0・1・2歳時の親子が気軽に遊べる、親子ふれあいの場です。	無料
	サマーキッズ	毎月 第4火曜日 15:00～16:00	幼稚園の子供を対象にリトミックを行っています。お友達同士で活動します。	
	Jr硬筆教室	毎週 水曜日 16:30～20:00	資格が取れて習ったことが成長後役に立つをコンセプトに、カード・ハガキ・お便りを書いたり楽しく実用的な内容で活動しています。	月額2740円 テキスト代575円
	みんなのほっとサロンりんご	毎月 末頃1回 10:00～12:00	子育て中のお母さんがほっと一息つけるように、おもちゃ・絵本・お茶・お菓子を用意してゆっくりとおしゃべりを楽しんでいます。わらべ唄や絵本の読み聞かせもあります。	1家族 1回100円
	FFCスポーツクラブ	月3回 金曜日 10:30～11:40	マット運動をしたり、ボールで遊んだりしながら、親子で楽しく体を動かしてみませんか？子どもの運動神経発達と、親のリフレッシュになります。	入会費3000円 月額1500円 その他
	いるかクラブ	月1回 土曜日 10:00～12:00	お絵描き教室をしています。自由に描きたいものを好きな色で画用紙いっぱい思いっきり描いて楽しんでいきます。	月500円 体験1回100円

★地域のイベント・催し・学校・地域サロン・介護事業所等、各団体が発表・交流できる場がありましたら、ご紹介下さい。
高屋西地域センター082-434-0245