



9月 寺西地域センター便り

〒739-0041
東広島市西条町寺家 3166-1
東広島市寺西地域センター
Tel/Fax (082)423-7335
開館時間/8:30~22:00
受付時間/月~土 8:30~15:30



地域センターは集いの場・学びの場・仲間づくりの場

地域センターでは、主催講座・自主サークル講座等さまざまな活動が展開されています。寺西地域センターで新しい活動を始めてみませんか？詳しくは事務室までお尋ねください。

募集中! 主催講座

入場無料



樹脂粘土教室

- ☆日 時 9月9日(月曜日)
10:00~12:00
- ☆参加費 700円
- ☆場所 寺西地域センター
- ☆講師 吉村由佳先生
- ☆参加人数 10人
- ☆締め切り 9月6日(金曜日)

粘土には、触感自体にセラピー効果があり手先を使い、柔らかい粘土をちぎったり、こねたり、のぼしたりしているだけで、心も体もリフレッシュします。絵を描く技術をあまり必要としないので、初心者でも取り組みやすいアートです。指先を使うので、脳トレにもぴったり♪

是非ご参加ください。

Autumn Concert

オータムコンサート 2019

【日時】9月29日(日)

開場 13:30 開演 14:00

(終了予定 15:30)

PROGRAM

映画「アラジン」より
ア・ホール・ニュー・ワールド
追憶のテーマ
〜トロンボーンソロによる〜
Queen メドレー 他

出演

東広島ウィンドアンサンブル

迫力のある生演奏を是非聞きに来てください。

寺西地域住民自治協議会 主催

シニアのための健康食講座

寺西シニア元気塾9月講座

【日時】9月25日(水曜日)

9:30~11:30

【内容】食による健康寿命を考える

食育講座

【場所】寺西地域センター

【参加費】無料

【講師】桜が丘保養園



「食」の大切さを再認識し、
美味しく簡単に取れる方法を学びましょう

介護予防に取り組む【通いの場】

寺西いきいきサロン

【日時】9月5日・12日・26日(木曜日)

10:30~11:30

【対象】おおむね65歳以上

【内容】いきいき百歳体操・いきいき体操
がしひろしまを中心に、かみかみ百歳体操・脳トレ
クイズ・手話歌などを予定しています。

【持参物】動きやすい服・上靴・飲み物・おもり

【参加費】無料

是非、お気軽にお越しください♪

毎週元気に介護予防!

みんなで延ばそう健康寿命!



日	曜	行 事	時間		日	曜	行 事	時間	
			開始	終了				開始	終了
2	月	市太極拳協会	9:00	12:00	14	土	桜が丘認定こども園	9:00	12:00
		女性会 調理	9:00	12:00			広島パンフルートの会	13:00	16:00
		寺西合唱部	16:15	18:15			錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00
		寺西地域住民自治協議会	18:30	20:00			東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00			東広島ウインドアンサンブル	9:00	17:00
3	火	ジャザサイズ	9:30	11:30	16	月	祝日 敬老の日		
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	17:30	17	火	ジャザサイズ	9:30	11:30
		BRASH	19:00	21:00			すこやか検診 準備	15:00	17:00
4	水	女性会 ヨガ	9:00	12:00	18	水	すこやか検診	7:30	14:00
		ジャザサイズ	9:30	11:30	19	木	すこやか検診	7:30	14:00
		広島パンフルートの会	9:30	11:30			忍者ナイン	16:00	19:00
		やよい会	13:00	16:00			BRASH	19:00	21:00
		ダンススポーツすずらんの会	13:30	15:30			寺西健康ヨガ教室	9:30	11:30
3ステップエクササイズ	9:00	10:00	女性会 池坊	9:30			11:00		
5	木	主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30	20	金	女性会 踊り	13:00	16:00
		遊楽子ども書道	14:30	18:30			キッズビクス	17:00	19:00
		板城保育所	15:00	17:00			遊楽子ども書道	9:00	12:00
		忍者ナイン	16:00	19:00			ハッピー歌謡サークル	13:00	16:00
		寺西健康ヨガ教室	9:30	11:30			錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00
6	金	キッズビクス	17:00	19:00	21	土	アトリエ大地	17:45	20:45
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00			東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00
		川西地区社会福祉協議会	11:00	18:00			23	月	祝日 秋分の日
7	土	花みずき会	13:00	16:00	24	火	女性会 茶道	8:30	12:30
		ハッピー歌謡サークル	13:00	16:00			花みずき会	9:00	12:00
		アトリエ大地	17:45	20:45			ジャザサイズ	9:30	11:30
		東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00			玉翠流翠混会 詩舞	13:30	17:30
		川西地区社会福祉協議会	8:30	18:00			BRASH	19:00	21:00
9	月	市太極拳協会	9:00	12:00	25	水	楽パソ同好会	9:00	12:00
		主催講座 樹脂粘土教室	10:00	12:00			女性会 ヨガ	9:00	12:00
		女性会 手芸	13:00	16:30			寺西シニア元気塾	9:30	11:30
		篠笛の会	18:30	21:00			ハッピー歌謡サークル	13:00	16:00
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00			やよい会	13:00	16:00
10	火	女性会 茶道	8:30	12:30	26	木	ダンススポーツすずらんの会	13:30	15:30
		ジャザサイズ	9:30	11:30			市太極拳協会	19:00	21:00
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	17:30			3ステップエクササイズ	9:00	10:00
		BRASH	19:00	21:00			主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30
11	水	楽パソ同好会	9:00	12:00	27	金	遊楽子ども書道	14:30	18:30
		ジャザサイズ	9:30	11:30			ピースクロッシェ	13:00	15:00
		ハッピー歌謡サークル	13:00	16:00			忍者ナイン	16:00	19:00
		ダンススポーツすずらんの会	13:30	15:30			東広島FDC	19:00	21:00
		YKBF	16:30	19:30			寺西健康ヨガ教室	9:30	11:30
12	木	市太極拳協会	19:00	21:00	28	土	キッズビクス	17:00	19:00
		3ステップエクササイズ	9:00	10:00			自治協 自治会長会議	9:30	12:00
		主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30			寺西まちづくり協議会	13:00	15:30
		寿連合会	13:30	15:00			広島パンフルートの会	13:00	16:00
		遊楽子ども書道	14:30	18:30			錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00
		忍者ナイン	16:00	19:00			東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00
		東広島FDC	19:00	21:00			主催事業 オータムコンサート	13:30	15:00
13	金	ピースクロッシェ	13:00	15:00	30	月	市太極拳協会	9:00	12:00
		寺西健康ヨガ教室	9:30	11:30			淡交会	9:00	12:00
		東広島市小学校教頭会	13:30	16:30			篠笛の会	18:30	21:00
		キッズビクス	17:00	19:00			錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00



行事予定表