

7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



緊急事態宣言は解除されましたが、「新しい新生活様式」を実践し、みんなで感染拡大を予防しましょう。

主催講座

募集中!

## クラフトバンド 体験講座

- 【日にち】 7月3日・17日  
(いずれも金曜日)
- 【時間】 10:00~12:00
- 【参加費】 700円 /2日間 (材料費込)
- 【講師】 田辺みゆき先生
- 【定員】 10名
- 【申し込み】 事務室か電話で申し込み
- 【内容】



クラフトバンドを使って長財布が入る大きさのバッグを作ります。先生が丁寧に教えてくださるので初心者でも大丈夫!2日間通して作品を仕上げます。

## アロマ講座

~夏の虫よけやコロナ対策について~

- 【日にち】 7月8日 (水)
- 【時間】 10:00~12:00
- 【参加費】 1000円 (材料費込)
- 【講師】 大下瑞恵先生
- 【定員】 30名 (先着順)
- 【申し込み】 事務室か電話で申し込み
- 【内容】

虫よけやコロナ対策についてのお話のあと、虫よけやコロナ対策に役立つアロマクラフトを作ります。香りの体験などをしながら、わかりやすく楽しく、健康に役立つ方法を学びます。是非、お越しください。

寺西住民自治協議会 主催



## 寺西シニア元気塾

レクリエーションゲームで元気に

- 【日にち】 7月29日 (水曜日)
- 【時間】 9:30~11:30
- 【参加費】 100円
- 【持参物】 動きやすい服・上靴・元気輝きポイント手帳
- 【講師】 県立リハビリセンター職員
- 【内容】 室内ボーリング・輪投げ・吹き矢などの楽しいゲームで交歓会をします。

介護予防に取り組む【通いの場】



## 寺西いきいきサロン

- 【日にち】 7月2・9・16・30日  
毎週木曜日
  - 【時間】 10:30~11:30
  - 【参加費】 無料
  - 【対象】 おおむね65歳以上
  - 【持参物】 動きやすい服・上靴・飲み物・元気輝きポイント手帳
  - 【内容】 いきいき百歳体操・簡単手話・防犯教室・脳トレなど
- 毎週元気に介護予防!  
みんなで延ばそう健康寿命!





行事予定表

日	曜	行事	時間		日	曜	行事	時間	
			開始	終了				開始	終了
1	水	女性会 ヨガ	9:30	11:30	15	水	JA広島中央	13:30	14:30
		やよい会	13:00	16:00			3ステップエクササイズ	9:00	10:00
		ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30			ホップキッズクラブ	9:30	12:30
		寺西住民自治協議会	18:30	20:00			主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30
2	木	3ステップエクササイズ	9:00	10:00	16	木	タイチー	12:00	16:00
		ホップキッズクラブ	9:30	12:30			遊樂書道	14:30	18:30
		主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30			ジャザサイズ	19:00	21:00
		タイチー	12:00	16:00			女性会 池坊	9:00	11:00
		遊樂書道	14:30	18:30			ジャザサイズ	9:30	11:30
3	金	ジャザサイズ	9:30	11:30	17	金	クラフト講座	10:00	12:00
		クラフト講座	10:00	12:00			寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30
		寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30			タイチー	13:00	15:00
		タイチー	13:00	15:00			女性会 舞踊	13:30	16:00
		PINKYS	16:30	18:30			PINKYS	16:30	18:30
4	土	ハッピー歌謡	13:00	16:00	18	土	ハッピー歌謡	13:00	16:00
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00			錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00
		アトリエ大地	17:45	20:45			アトリエ大地	17:45	20:45
		川西地区社協	18:00	20:00			我花咲くらぶ	9:00	13:00
5	日	PINKYS	10:00	12:00	19	日	PINKYS	10:00	12:00
		東広島混声合唱団	13:00	16:00			市太極拳協会	9:00	12:00
6	月	錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00	20	月	錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00
7	火	ジャザサイズ	9:30	11:30			ジャザサイズ	9:30	11:30
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30	玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30		
		BRASH	19:00	21:00	BRASH	19:00	21:00		
8	水	アロマ講座	10:00	12:00	21	火	ジャザサイズ	9:30	11:30
		アロマ講座	10:00	12:00			玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30
		ハッピー歌謡	13:00	16:00			BRASH	19:00	21:00
		ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30			ジャザサイズ	9:30	11:30
		市太極拳協会	19:00	21:00			わらべうたの会 空いろのたね	10:00	15:00
9	木	3ステップエクササイズ	9:00	10:00	22	水	ハッピー歌謡	13:00	16:00
		ホップキッズクラブ	9:30	12:30			ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30
		主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30			市太極拳協会	19:00	21:00
		タイチー	12:00	16:00			市太極拳協会	19:00	21:00
		ビーズクロッシェ	13:00	15:00			23 木 祝日 海の日		
		遊樂書道	14:30	18:30			24 金 祝日 スポーツの日		
		ジャザサイズ	19:00	21:00			ジャザサイズ	9:30	11:30
10	金	東広島FDC	19:00	21:00	25	土	錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00
		ジャザサイズ	9:30	11:30			東広島混声合唱団	10:00	16:00
		寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30			市太極拳協会	9:00	12:00
11	土	PINKYS	16:30	18:30	26	日	籥笛の会	9:30	11:30
		花みずき会	9:00	12:00			錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00			女性会 茶道	8:30	12:30
12	日	東広島混声合唱団	10:00	16:00	27	月	ジャザサイズ	9:30	11:30
		市太極拳協会	9:00	12:00			東広島市教育委員会 学事課	12:00	17:00
		淡交会	9:00	12:00			BRASH	19:00	21:00
		籥笛の会	9:30	11:30			寺西シニア元気塾	9:30	11:30
13	月	錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00	28	火	ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30
		3ステップエクササイズ	9:00	10:00			3ステップエクササイズ	9:00	10:00
		ホップキッズクラブ	9:30	12:30			ホップキッズクラブ	9:30	12:30
		主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30			主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30
14	火	女性会 茶道	8:30	12:30	29	水	タイチー	12:00	16:00
		東広島小中学校教頭会	9:00	17:00			ビーズクロッシェ	13:00	15:00
		ジャザサイズ	9:30	11:30			遊樂書道	14:30	18:30
		女性会 手芸	13:00	16:00			東広島FDC	19:00	21:00
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30			ジャザサイズ	19:00	21:00
		BRASH	19:00	21:00			ジャザサイズ	9:30	11:30
15	水	やよい会	13:00	16:00	30	木	ジャザサイズ	9:30	11:30
		ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30			寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30
15	水	やよい会	13:00	16:00	31	金	寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30
		ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30			PINKYS	16:30	18:30