

高屋西地域センターだより

高屋西地域センター10月募集の主催講座

★フラダンス教室



癒しのダンスとして知られるフラダンスは老若男女を問わず誰でも踊ることができます。

ゆったりと踊るうちに、身も心も心地よくほぐれ、適度なステップは、血行を良くして健康増進につながります。さあ、一緒に楽しみましょう！

講師 九州ハワイアン協会広島支部長
レイフラワーグループ代表 金子冴子 先生
インストラクター 春口愛子 先生
日時 10月24日(土)スタート 計10回
基本第1・第3土曜日 11:30~12:30
参加費 10回分 3000円

★パステルアート教室

パステルを粉状にし、コットン等で画用紙にぬっていきます。型紙を使う等の技法を使い絵心のない方でも、失敗なく素敵な優しい絵が描けます。

対象 興味のある方
定員 15人
講師 中岡夏子 先生



日時 9/14(月)・9/28(月)・10/5(月)・10/19(月) の10:00~12:00
参加費 1回300円
※ 材料準備の為、必ず事前にお申込み下さい。
※ 1回だけでも連続して参加されてもOKです。この機会に、いろいろな作品、大きな作品に挑戦してみませんか？

★ 各講座のお問合せ・お申込みは、高屋西地域センターまで

★ エコクラフトでバッグを作ろう

きらり生活塾その7

エコクラフトは再生紙でできたひも状のテープを集めて作ったクラフトテープのことです。わいわいがやがやお話しながら、バッグを編んでみませんか？

定員 15人
講師 天川春子さん



日時 10/30(金) 10:00~15:00
※ 各自、昼食・飲み物を持参して下さい。

材料費 実費(500円程度の予定)
締切 材料準備の為10/16までに必ずお申込み下さい

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

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)

12/29~1/3 及び祝日は休館

活動報告

笑いヨガ、頑張っています



5月から始まった、主催講座「笑えない人のための笑いヨガ」は、すでに7回が過ぎました。

今回は、同じ時間に時々一緒になるふれあい若返る会の方が、「いつも大きな笑い声がきこえるけど、一体何しょーってん？」と言われたのをきっかけに、「それじゃあ笑いヨガのみんなでおしかけましょうか!」とお邪魔することになりました。100歳を超えるご婦人もいらっしゃるふれあい若返る会の方々は、一体何が始まったのか?と最初は固まっておられましたが、講師の吉長先生の巧みな話術に緊張もほぐれ、笑いヨガのみなさんの笑顔につられて一緒に笑って大きな声を出した後は、なんだかすっきりしてみんなちょっぴり元気になりました。



「おやこで花遊び」開催しました



夏休み最後の土曜日、山岡美喜子先生指導のもと「おやこで花遊び」を開催しました。用意された草花とじっくりとにらめっこしながら、どうやらお花がきれいに見えるかなと思案する時間は、とても楽しかったそうです。大きなヤツデの葉っぱは、思い思いにウサギやカエルやクマに変身し、こういった楽しみ方もあることを教えて頂きました。

パステル画を楽しんでいます

「癒しのパステルアート」に引き続き「パステルアート教室」を開催しています。型紙を使ってパステルの粉を塗りこんでいくといった技法で描くので、誰でも失敗なく素敵な絵が描けますが、その人の選ぶ色によってどれ一つとして同じ絵にはなりません。—参加者の声より—

「イライラしていたんだけど、何だかこれを描いた後には、心がすっきりして心が落ち着いたよ。」

「今まで空に気をとめることなんてあまりなかったけど、今日の空はきれいだな~どんなふう絵に描こうかなて、ふと気づくとじっくり自然を眺めてた」

参加者の作品より

