

11月 寺西地域センター便り

11月の主催講座

クラフト講座

【日にち】 11月20日 (金曜日)
 【時間】 9:30~12:30
 【参加費】 200円 (材料費込)
 【内容】 便利でかわいい小銭入れを作ります。一日で仕上げます。
 【講師】 田辺みゆき先生
 【定員】 10名 (先着順)
 【申し込み】 受付中
 電話か直接事務室へお申込みをお願いします。



アロマ講座

☆日にち 11月18日 (水)
 ☆時間 10:00~12:00
 ☆参加費 1,000円 (材料費込)
 ☆内容 コロナ・風邪・インフルエンザ対策に役立つアロマのお話のあと、子供からシニアの方まで使えるアロマジェルを作ります。
 ☆講師 大下瑞恵先生
 (アロマ&チャイルドケアハウス Alo葉eart)
 ☆定員 30名 (先着順) ☆申込み 受付中



くるマル
 寺西いきいきサロン

【日にち】 11月5日・12日・19日・26日
 毎週木曜日
 【時間】 10:30~11:30
 【参加費】 無料
 【内容】 いきいき百歳体操・脳トレ・手話歌
 【持参物】 動きやすい服・上靴・飲み物
 おもり (貸出有)
 ・元気輝きポイント手帳



樹脂粘土講座

☆日にち 11月27日 (金)
 ☆時間 10:00~12:00
 ☆参加費 500円 (材料費込)
 ☆内容 かわいいクリスマス雑貨を作ろう♪
 ☆講師 吉村由佳先生
 ☆定員 15名 (先着順)
 ☆申込み 受付中
 電話か直接事務室へお申込みをお願いします。



12月 主催講座のご案内
 ☆申込みは11月16日月曜日
 午前9時より開始します。
 お電話か直接事務室へ①講座名
 ②名前③連絡先をお願いします。

チョークアート講座

【日にち】 12月7日 (月曜日)
 【時間】 10:00~12:00
 【参加費】 600円位 (材料費込)
 【持参物】 汚れてもいい服装
 【講師】 嘉屋 由美子先生
 【定員】 10人 (先着順)

ガーデニング寄せ植え講座

【日にち】 12月14日 (月曜日)
 【時間】 10:00~12:00
 【参加費】 2,500円
 (花代・器代含む)
 【持参物】 軍手・スコップ
 【内容】 お正月の寄せ植え
 【講師】 さいじょう緑化造園
 【定員】 30人 (先着順)



新年を清らかに迎える

しめ縄作り

【日にち】 12月16日 (水曜日)
 【時間】 10:00~12:00
 【参加費】 500円 (材料費込)
 【持参物】 汚れてもいい服装・ペンチ
 【講師】 金川顕二郎先生
 (賀羅加波神社権宮司)
 【定員】 15人 (先着順)





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	日	東広島混声合唱団	12:30	15:30			女性会 野菜品評会	9:00	12:00
2	月	女性会 調理	9:00	12:00	17	火	ジャザサイズ	9:30	11:30
		市太極拳協会	9:00	12:00			玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30
		鍊心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00			BRASH	19:00	21:00
3	火	祝日 文化の日					女性会ヨガ	9:30	11:30
4	水	女性会ヨガ	9:30	11:30	18	水	主催講座 アロマ講座	10:00	12:00
		ジャザサイズ	9:30	11:30			やよい会	13:00	16:00
		やよい会	13:00	16:00			ダンススポーツずらんの会	13:30	15:30
		ダンススポーツずらんの会	13:30	15:30			フラダンス	19:30	20:30
		フラダンス	19:30	20:30					
5	木	3ステップエクササイズ	9:00	10:00	19	木	女性会 健康教室	8:00	11:00
		ホップキッズクラブ	9:30	12:30			3ステップエクササイズ	9:00	10:00
		主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30			ホップキッズクラブ	9:30	12:30
		タイチー	12:00	16:00			主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30
		遊楽書道	14:30	18:30			タイチー	12:00	16:00
		ジャザサイズ	19:00	21:00			遊楽書道	14:30	18:30
		ジャザサイズ	9:30	11:30			ジャザサイズ	19:00	21:00
6	金	寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30	20	金	ジャザサイズ	9:30	11:30
		PINKYS	16:30	18:30			寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30
		東広島混声合唱団	19:00	21:00			主催講座 クラフト講座	9:30	12:30
							女性会 舞踊教室	13:30	16:00
7	土	東広島フルートオーケストラ	9:00	12:00	21	土	PINKYS	16:30	18:30
		ハッピー歌謡	13:00	16:00			ハッピー歌謡	13:00	16:00
		鍊心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00			鍊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
		東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00			東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00
8	日	東広島混声合唱団	12:30	15:30	23	月	祝日 勤労感謝の日		
9	月	市太極拳協会	9:00	12:00	24	火	女性会 茶道	8:30	12:30
		淡交会	9:00	12:00			東広島市教育委員会	8:30	12:30
		東広島市教育委員会	12:00	17:15			ジャザサイズ	9:30	11:30
		鍊心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00			玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30
10	火	女性会 茶道	8:30	12:30	25	水	BRASH	19:00	21:00
		ジャザサイズ	9:30	11:30			パソコン教室(楽パソ同好会)	9:00	12:00
		女性会 手芸	13:00	16:00			寺西シニア元気塾	9:30	11:30
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30			空いろのたね わらべうたの会	10:00	15:00
		BRASH	19:00	21:00			ハッピー歌謡	13:00	16:00
11	水	パソコン教室(楽パソ同好会)	9:00	12:00	26	木	ダンススポーツずらんの会	13:30	15:30
		ハッピー歌謡	13:00	16:00			YKBF	16:30	19:30
		ダンススポーツずらんの会	13:30	15:30			市太極拳協会	19:00	21:00
		市太極拳協会	19:00	21:00					
12	木	3ステップエクササイズ	9:00	10:00	27	金	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
		タイチー	12:00	16:00			タイチー	12:00	16:00
		遊楽書道	14:30	18:30			遊楽書道	14:30	18:30
		ピースクロッシェ	13:00	15:00			ピースクロッシェ	13:00	15:00
		ジャザサイズ	19:00	21:00			ジャザサイズ	19:00	21:00
13	金	ジャザサイズ	9:30	11:30	28	土	ジャザサイズ	9:30	11:30
		寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30			寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30
		PINKYS	16:30	18:30			主催講座 樹脂粘土講座	10:00	12:00
14	土	花みずき会	9:00	12:00	29	日	PINKYS	16:30	18:30
		鍊心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00			東広島混声合唱団	19:00	21:00
15	日	東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00	30	月	東広島市健康増進課	9:00	13:00
		我花咲くらぶ	9:00	13:00			鍊心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00
16	月	PINKYS	10:00	12:00			東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00
		市太極拳協会	9:00	12:00			PINKYS	10:00	12:00
		鍊心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00			市太極拳協会	9:00	12:00
							鍊心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00

寺西住民自治協議会 寺西シニア元気塾 主催

寺西シニア元気塾 11月講座

「シニアのための食育講座 みんなで学んで楽しく食べよう！」

【日時】 11月25日(水曜日) 9:30~11:30

【内容】 栄養講座 シニアのためのスイーツ
調理・実食(抹茶プリン・わらび餅・五平餅)

【場所】 寺西地域センターホール

【講師】 桜が丘保養園

【お問合せ】 080-2943-9334

参加自由 無料