

東西条地域センターだより

第66号

令和6年2月25日発行



東西条地域センター 〒739-0007 東広島市西条土与丸 2-3-4 TEL・FAX 082-421-2023

降りつづく 弥生半ばとないにけり (高浜虚子)

3月と言えば春も最中である。早春の2月を終わって「春爛(たけ)なわ」の気候に入っているわけです。3月は風が強く、菜種梅雨の時期で雨も多い。陰暦3月を彌生という、草木が弥弥(いよいよ)生い茂る意味だという。陽暦の3月よりも1ヶ月遅いので、ずっと春深くなった感じである。(新編歳時記・株大泉書店より)



この度「能登半島地震」により被災されました皆さまに、謹んでお見舞い申し上げますとともに、一日も早く被災された方々、またその家族の皆さまが心穏やかに過ごせる時が来ることを心よりお祈り申し上げます。3月は春らしい陽気の日があると思うと、急に冬に立ち返ったような寒い日もある月で、気温だけではなく天候も激しく変わります。寒暖差で体調を崩されませんようお元気でお過ごしください。(記：センター長 折羽)

《市民一人1学習、1スポーツ、1ボランティア》 地域センターをご活用ください

令和6年度、子どもを対象とした4つ講座を含め、合計13講座を計画しました。これらの講座は住民からの要望を反映したものと必要課題や理系イノベーション講座を入れ、特に子どもを軸にした世代間交流の促進と知識向上を図るための講座を企画いたしました。

“子どもたちが楽しめる”・“挑戦して努力の成果が見える”をテーマにしました

- ①「響け子どもの和文化」・・・和楽器に触れる(前年度より継続)
- ②「子ども三味線」・・・伝統芸能の体験(前年度より継続)
- ③「鳴子でソーラン」・・・音楽に合わせリズム感、達成感を養う
- ④「絵の具でぬり絵をしてみよう」・・・子どもの生きる力(感性)の育成
- ⑤「身近なすうがくのお話」・・・いろいろな図形の見方・考え方を学ぶ
- ⑥「航空機エンジンの世界をのぞいてみよう」・・・理系イノベーション講座
- ⑦「知っておこう! 認知症予防」・・・認知症について正しい知識を学ぶ
- ⑧「健康脳トレフラダンス」・・・ステップを踏みながら手話の振り付けで踊り二重課題に取り組む
- ⑨「大人の色えんぴつ講座」・・・自分をみつめ、心穏やかな時間を持ち脳の活性化につなげる
- ⑩「公証人から話を聞こう」・・・遺言書作成と土地、建物の不動産登記の知識
- ⑪「体力向上ビーチバレー」・・・運動能力の低下、人とのコミュニケーション不足の解消
- ⑫「体験しようファミリーバトミントン」・・・高齢者の運動意欲向上、認知症予防、スポーツ系のイベント等の地域リーダーとなる人材育成
- ⑬「知っ得! 健康体操」・・・運動とレクリエーション実践でコミュニケーション・協調性の発揮



※「男性料理教室」は都合により休講となります

※すべての講座を通して、楽しく人との関わりや日々心豊かな気持ちを持ちましょう

(記：センター長 折羽)

≪“地域センター主催講座の報告”≫ [知っ得！健康体操](4回シリーズ)

最終回 1月25日 指導:高齢者相談センター・桜が丘保養園講師

音楽・タオル・ボールを使って自宅でも無理なく取り組める体操の指導と毎回趣向を凝らしてレクリエーションを加えた1時間の講座。レクリエーションは、コミュニケーションを取りながら競うゲームなので、皆さん童心に帰って夢中になり、頭と身体をフル回転させて楽しんでおられました。家に引きこもらずに外出する良い機会になっていると思います。地域の高齢者の方にとって、欠かせない講座の一つになっていると実感しています。

≪受講者の声≫

- ・肩が回りにくかったが、タオル体操で回すコツを教えて頂けて、やってみようと思います。
- ・割り箸レクリエーションは、何度やっても難しいし夢中になり、童心に帰りました。
- ・手足が伸びるようになったので、とても気持ち良かった。ボール遊びも脳トレになりました。
- ・ボールを使っての筋肉体操は、どの筋肉を使うか等の具体的な説明があり、大変に役立ち楽しく参加できました。等



住民自治協議会創立 10周年記念イベント

日時3月9日(土)10:00~15:00

会場東西条地域センター

駐車場吉土実公園

ギネス世界記録「竹トンボ同時飛ばし」にチャレンジするためのイベントが行われます！
講座・ワークショップ・飲食・縁日ブース・ビンゴ大会・パネル展示 等お楽しみください

新NISA制度の活用 講座

時間：13:00~15:00

定員：40名

会場：研修室

費用：無料

申込：地域センター

☎ 421-2023



話題の新NISA講座もありです！
時間 13:00 ~ 15:50
個別相談も
定員：40人 参加無料

託児や授乳場所とOVC
和室がご利用できます。
必要に応じて
ご利用ください！！

東西条地区住民自治協議会の
10周年写真展もぜひご覧ください
東西条地区住民自治協議会への
加入相談も受付中！！