



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

1月主催講座

東広島市生涯学習まちづくり出前講座

理解を深める手話講座

- 【日にち】 1月28日(木) 
- 【時間】 11:00~11:40
- 【参加費】 無料
- 【内容】 平成31年4月から施行された手話言語条例について理解を深め、よく使う簡単な手話を教えます。
- 【講師】 東広島市障害福祉課
- 【募集】 参加申込み不要

フラダンス&アロマ (2回連続講座)

- 【日時】 1月20日(水) 2月3日(水)
10:00~11:30
- 【参加費】 無料
- 【持参物】 動きやすい服装・お茶・上靴
- 【講師】 大下瑞恵先生
(ハーラウナーメアフラリノリノ主宰
中四国ハワイアン協会インストラクター)
- 【募集】 募集中 

みつろう

蜜蝋リップグロス作り体験講座

- 【日時】 1月22日(金) 10:00~11:30
- 【参加費】 500円
- 【講師】 森口美優先生
(東広島市地域おこし協力隊員)
- 【募集】 募集中
- 【内容】 東広島の魅力を再発見しながら、体に優しいリップグロスを作ります。 



寺西いきいきサロン

- 【日にち】 1月7日・14日・21日・28日
毎週木曜日
- 【時間】 10:30~11:30
☆28日のみ10:30~11:00まで
- 【参加費】 無料 ☆事前登録が必要です
- 【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
-  毎週元気に介護予防!
みんなで延ばそう健康寿命!

クラフトバンド体験講座

- 【日時】 1月29日(金) 10:00~12:00
- 【参加費】 700円
- 【内容】 クラフトバンドで干支の牛を作ります。
- 【講師】 田辺みゆき先生
- 【募集】 募集中 

2月 主催講座のご案内

大人がハマる樹脂粘土講座

- 【日時】 2月24日(水) 10:00~12:00
- 【参加費】 500円(材料費込)
- 【内容】 樹脂粘土で季節の小物を作ります。
- 【講師】 吉村由佳先生 【募集】 10名程度 

チョークアート講座 (連続講座)

- 【日時】 2月1日(月) 10:00~12:00
- 【参加費】 600円位(材料費込)
- 【内容】 季節を題材にした下絵に、特殊なチョークを使って指先で作品を仕上げます。
- 【講師】 嘉屋 由美子先生 【募集】 若干名 

地域センターからのお願い 

- ☆2月主催講座の申込みは、1月13日(水)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連絡先をお伝えください。
- ☆新型コロナウイルス感染症の拡大等によって、主催講座を中止することがあります。皆さまにご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力いただきますようお願い申し上げます。



日	曜	行事	時間		日	曜	行事	時間	
			開始	終了				開始	終了
1	金	正月休み			19	火	ジャザサイズ	9:30	11:30
2	土		玉翠流翠混会 詩舞	13:30			16:30		
3	日		BRASH	19:00			21:00		
4	月				20	水	主催講座 フラダンス&アロマ	10:30	12:00
5	火	ジャザサイズ	9:30	11:30			女性会ヨガ	9:30	11:30
6	水	BRASH	19:00	21:00			やよい会	13:00	16:00
		女性会ヨガ	9:30	11:30			ダンススポーツすずらんの会	13:30	15:30
		やよい会	13:00	16:00			フラダンス	19:30	20:30
		ダンススポーツすずらんの会	13:30	15:30	3ステップエクササイズ	9:00	10:00		
7	木	森原書道教室	16:00	20:00	ホップキッズクラブ	9:30	12:30		
		フラダンス	19:30	20:30	主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30		
		3ステップエクササイズ	9:00	10:00	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		
		遊楽書道	14:30	18:30	ジャザサイズ	19:00	21:00		
8	金	ジャザサイズ	19:00	21:00	22	金	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 蜜蝋リップグロス講座	10:00	12:00
9	土	東広島フルーツオーケストラ	9:00	12:00	23	土	東広島市健康増進課	13:00	16:00
		花みずき会	9:00	12:00			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
		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
		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
10	日	東広島混声合唱団	14:00	16:00	24	日	東広島混声合唱団	14:00	16:00
11	月	祝日 成人の日			25	月	淡交会	9:00	12:00
12	火	女性会 茶道	8:30	12:30	26	火	市太極拳協会	9:00	12:00
		ジャザサイズ	9:30	11:30			錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00
		女性会 手芸	13:00	16:00			女性会 茶道	8:30	12:30
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30			ジャザサイズ	9:30	11:30
		寺西住民自治協議会	18:30	20:00			玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30
		BRASH	19:00	21:00			BRASH	19:00	21:00
13	水	パソコン教室(楽パソ同好会)	9:00	12:00	27	水	パソコン教室(楽パソ同好会)	9:00	12:00
		ダンススポーツすずらんの会	13:30	15:30			寺西シニア元気塾	9:30	11:30
		市太極拳協会	19:00	21:00			空いろのたね わらべうたの会	10:00	15:00
		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んの会	13:30	15:30
14	木	ホップキッズクラブ	9:30	12:30	28	木	市太極拳協会	19:00	21:00
		主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30			3ステップエクササイズ	9:00	10:00
		タイチー	12:00	16:00			ホップキッズクラブ	9:30	12:30
		ピースクロッシェ	13:00	15:00			主催講座 いきいきサロン	10:30	11:00
		東広島市中学校教頭会	13:30	17:00			主催講座 手話講座	11:00	11:40
		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			ピースクロッシェ	13:00	15:00
		ジャザサイズ	9:30	11:30			遊楽書道	14:30	18:30
15	金	寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30	29	金	ジャザサイズ	19:00	21:00
		東広島市小学校教頭会	13:00	17:00			ジャザサイズ	9:30	11:30
		女性会 舞踊	13:00	16:00			芽生えサークル	9:30	15:00
		PINKYS	16:30	18:30			主催講座 クラフト講座	10:00	12:00
16	土	アトリエ大地	17:45	20:45	30	土	寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30
		東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00			東広島市健康増進課	13:00	16:00
17	日	東広島ウインドアンサンブル	9:00	14:00	31	日	PINKYS	16:30	18:30
		我花咲くらぶ	9:00	13:00			広大オーケストラ	9:00	12:00
		東広島混声合唱団	14:00	16:00			錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00
18	月	市太極拳協会	9:00	12:00			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



行事予定表



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 1月講座

【もの作り講座(クラフトテープで遊びましょう)】

1月27日(水曜日) 9:30~11:30

クラフトテープをくるくる巻いてどんぐり型小物入れを作ります

30名 事前に申し込みをお願いします。

マスタック・元気輝きポイント手帳

無料

寺西地域センター ホール

田辺みゆき先生

【日内定持参加講師お問合せ】

080-2948-9884 (寺西住民自治協議会)

