

三永地域センターたより

12月号 平成27年12月1日 発行



☎・FAX 082-426-0741

講座報告

第25回生涯学習フェスティバル、11月7・8日(土・日)には、あいにくの雨の中でしたが、多くの皆さんに来ていただき、ありがとうございました。おかげで盛会のうち終了いたしました。

ふるさと塾 11月14日(土)

室内でゲーム、風船を“うちわで”で扇ぎゴールに入れるリレーゲームとスティックボムで楽しみました。「スティックボム」～弾け飛ぶその様が気持ちいいと言われ、アイススティックなどの板の棒を、決められた手順で組み、反発力で次々と弾け飛ぶ、気持ちよかったです。



健康講座 11月16日(月)

東広島市健康増進課の皆さんによる、血圧測定や血管老化度(血管弾力性)のチェック、食べ過ぎ・十分な睡眠・ストレッチやウォーキングを積極的に取り入れるよう指導いただいた。



介護予防運動指導員の向田香織さんによる、血液サラサラ頭スッキリ体操。



干支飾り教室 11月5日(木)・19日(木)

来年は申年、申は古来より「神申(まさる)」と呼ばれ、家の中に飾ると大変縁起がよいと言われてい
ます。新しい年がいい年でありますように。



12月講座案内

料理教室

12月10日(木) 9:00~13:00

講師 日村 文子 先生

持参物 エプロン・三角巾・手拭き

費(1,000円程度)

メニュー 春巻き・里芋ハンバーグ・紅白土鍋
ごはん・スープ

※ 12月 7日までに申し込んでください



ふるさと塾

12月12日(土)9:00~11:00

講師 山内 修一 先生

仲伏 薫 先生

末釜 美智恵 先生

~みんなでしめ飾りを作ろう~



そば打ち教室

12月19日(土) 9:00~13:00

~500gのそばを打ち、試食・持ちかえる~

講師 上三永 一山会のみなさん

持参品 エプロン・三角巾・そば持ち帰り用入れ物

材料費(2,000円)

※12月11日まで申し込みください



生花教室

12月24日(木) 13:30~16:00

講師 末釜 美智恵 先生

~お正月を飾る~



囲碁教室

毎週火曜日 13:00~17:00

講師 有川 彰雄 先生



フォトサークル

第3水曜日 19:00~21:00

代表 石丸 正喜 三永山水会会長

~三永の魅力写真を写真に残す~



早いものでもう師走です。一年間、地域センターをご利用いただきありがとうございました。来年も
引き続きよろしくおねがいたします。

時節柄一段と寒くなります。ご自愛いただきよい年をお迎えください。