

# 原地域センターだより

電話・FAX : (082) 429-0013  
 窓口受付: 月～金曜 8:30～12:00



令和3年12月号

メールアドレス  
[hara-k@city.higashihiroshima.hiroshima.jp](mailto:hara-k@city.higashihiroshima.hiroshima.jp)



## 11月号のお礼

竹重さん出版『随想 第一集』を掲載しました。早速、宮西地区のMさんが、自宅保管の書物をご持参いただき、そのほかにも出版当時の情報などご連絡を多数いただきました。皆様のご協力ありがとうございました。

## 勤労感謝の日に寄せて



保育所の青組の皆さんが、「地域のために働いている人たちに感謝を」と原地域センターを訪ねてくださいました。プレゼントで手作りのティッシュケースをいただきました。ありがとうございました。

## お知らせ

保育所の皆さんとの写真の後方にあるドーム状のmam(玉菊・ぼさ菊)。

洋菊の一種で1本の茎から数百もの可憐な花が咲いています。

これは、今秋、宮東地区のKさんご夫妻が栽培された直径70cmの大作のmamです。センター入口で来館者を優しく見守っています。皆さん口々に菊の詳細を尋ねられ声を揃えて「見事な菊」と感嘆されます。

Kさんご夫妻によると、3月頃植付で、秋に花が楽しめるとのこと。

早速、来春『mam講座』開設のご依頼をしているところです。

## 見事なmam (玉菊)



10/20頃

11/10頃

11/20頃

## 12月主催講座ほか

楽しく・体幹トレーニング

身体メンテナンス

## バランスボール体操

12/7 (火)

午前10時から

原地域センター 大ホール

参加料 1回500円

ボールレンタル料300円



50歳以上でひざ痛のある方のセルフケアを学びます

定員20人(先着順) ☆受講無料 ☆原地域センターにて

12/3 12/10 12/17 12/24

14:00～

全14回終了



日時: 12月8日(水)

時間: 9:30～11:00

定員: 20人程度

原地域センター

7th 1/12 コア体操

8th 2/9 未来ノート

9th 3/9 歩き方講座