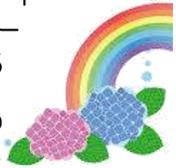


6月

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



地域センターは集いの場・学びの場・仲間づくりの場

地域センターでは、主催講座・自主サークル講座等さまざまな活動が展開されています。寺西地域センターで新しい活動を始めてみませんか？詳しくは事務室までお尋ねください。

主催講座

募集中!

介護予防に取り組む【通いの場】

寺西いきいきサロン

【日 時】 6月6日・13日・20日(木曜日)
10:30~11:30

【対 象】 おおむね65歳以上

【内 容】 いきいき百歳体操・
いきいき体操ひがしひろしま など

【持参物】 動きやすい服・上靴・飲み物

【参加費】 無料

【事前申し込み】 必要

百歳体操は毎週すると効果のある体操です。

そのほかに、歌や脳トレ・手話など

ワクワクする事を計画しています。

お気軽にサロンにお越しください。



毎週元気に介護予防!
みんなで延ばそう健康寿命!

チョークアート講座

【日 時】 6月3日(月曜日)
10:00~12:00

【材料費】 700円

【講師】 嘉屋 由美子先生

【参加人数】 10名(先着順)

【持参物】 汚れてもいい服装またはエプロン

Welcome

チョークアートって何?初心者でも出来るの?
ちょっと興味はあるけれど・という方必見です!

寺西陶芸教室

【日 時】 6月5日・12日・26日(水曜日)
10:00~12:00

【材料費】 3回分3000円

【講師】 佐々木 求先生(無二窯)

【参加人数】 10名(先着順)

【持参物】 汚れてもいい服装またはエプロン

初心者から丁寧に教えてくださいます。
オリジナルの作品を作ってみましょう♪

今年度寺西自主サークル紹介 募集中

寺西地域住民自治協議会 環境福祉部会

寺西シニア元気塾

【日 時】 6月26日(水曜日)
9:30~11:30

【内 容】 健康体操と自己体力測定
脳年齢測定と認知症テスト

【講師】 東広島市保健師(健康増進課)

【持参物】 動きやすい服・上靴

【参加費】 無料

【事前申し込み】 不要



東広島FDC イングリッシュダンス

【日時】 6月13日・27日 第2・4木曜日
19:00~21:00

【講師】 伊藤 慶子先生

音楽に合わせて、歩くだけの優しいステップで楽しく踊れます。健康のためにも、参加してみませんか?(60代から80代まで楽しく踊っていらっしゃいます)

錬心館寺西スポーツ少年団

【日時】 月曜日 19:30~21:00
土曜日 15:00~18:00

【講師】 上森 英司先生

錬心館広島地区本部は創立40年の実績の基、空手道を通じ、技はもとより、礼儀を重んじ「勇気・努力・思いやり」をモットーに次世代を担う青少年の心と身体に武士道の精神を伝えます。





行事予定表



令和元年5月23日現在

日	曜	行 事	時間		日	曜	行 事	時間	
			開始	終了				開始	終了
1	土	ハッピー歌謡サークル	13:00	16:00	15	土	花みずき会	9:00	12:00
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00			ハッピー歌謡サークル	13:00	16:00
		アトリエ大地	17:45	20:45			錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00
		東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00			アトリエ大地	17:45	20:45
3	月	主催講座 チョークアート	10:00	12:00	16	日	東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00
		寺西地域住民自治協議会	18:30	20:00			ピアノ・ピアノノ	10:00	21:00
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00			親子で遊ぼう moco moco	10:00	14:00
4	火	ジャザサイズ	9:30	11:30	17	月	市太極拳協会	9:00	12:00
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	17:30			錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00
		BRASH	19:00	21:00			ジャザサイズ	9:30	11:30
5	水	女性会 ヨガ	9:00	12:00	18	火	玉翠流翠混会 詩舞	13:30	17:30
		広島パンフルートの会	9:30	11:30			BRASH	19:00	21:00
		主催講座 寺西陶芸教室	10:00	12:00			女性会 ヨガ	9:00	12:00
		やよい会	13:00	16:00			ジャザサイズ	9:30	11:30
		ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30			やよい会	13:00	16:00
6	木	3ステップエクササイズ	9:00	10:00	19	水	ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30
		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
		東広島市立一区保育所所長会	15:00	17:15			主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30
7	金	寺西健康ヨガ教室	9:45	11:45	20	木	女性会 池坊	9:30	11:00
		東広島混声合唱団	18:00	21:00			寺西健康ヨガ教室	9:45	11:45
8	土	ひまわり	10:00	12:00	21	金	キッズビクス	17:00	19:00
		寺西まちづくり協議会 総会	13:30	15:30			広島パンフルートの会	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	月	市太極拳協会	9:00	12:00	22	土	市太極拳協会	9:00	12:00
		淡交会	9:00	12:00			女性会 茶道	8:30	12:30
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00			ジャザサイズ	9:30	11:30
11	火	女性会 茶道	8:30	12:30	24	火	BRASH	19:00	21:00
		ジャザサイズ	9:30	11:30			楽パソ同好会	9:00	12:00
		女性会 手芸	13:00	16:30			東広島市小学校教頭会	9:00	16:30
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	17:30			寺西シニア元気塾	9:30	11:30
		BRASH	19:00	21:00			主催講座 寺西陶芸教室	10:00	12:00
12	水	楽パソ同好会	9:00	12:00	25	水	ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30
		主催講座 寺西陶芸教室	10:00	12:00			市太極拳協会	19:00	21:00
		ハッピー歌謡サークル	13:00	16:00			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の会	13:30	15:30			ビーズクロスジェ	13:00	15:00
		YKBF	16:30	19:30			東広島FDC	19:00	21:00
13	木	市太極拳協会	19:00	21:00	26	木	寺西健康ヨガ教室	9:45	11:45
		3ステップエクササイズ	9:00	10:00			キッズビクス	17:00	19:00
		主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30			ひまわり	8:30	13:30
		ビーズクロスジェ	13:00	15:00			パンフルートの会	13:00	16:00
14	金	東広島FDC	19:00	21:00	27	金	錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00
		寺西健康ヨガ教室	9:45	11:45			アトリエ大地	17:45	20:45
		キッズビクス	17:00	19:00			東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00
15	土	東広島市都市計画課	9:00	12:30	28	土	東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00
					30	日	∞インフニティ∞子育てサークル	9:00	16:00

「 ちよつとだけ 手伝い隊！！寺西 」

自分の知識や経験を地域で生かしてみませんか？グループでのお手伝いも大歓迎！先日、地域の2組の方から声が上がリ、お手伝いしていただくことになりました。いきいきサロンや、緑化活動や美化活動、本の整理などなど…よろしくお願いします。