

活動報告..... **健康学級 4/19 (金)**

講師/岸本康子先生

～操体法で健康づくり～
操体法の5つの考え方を学びました。
体の緊張や歪みをとる運動なども教えていただきました。
少しの運動ですが、とても気持ちが、ほぐれました。
飴とじゃんけんを使った占いもとても、楽しかったです。



講座ご案内..... 申込み・問合せ

小谷地域センター (082) 434-3758

平成31年度主催講座	
水彩画を楽しむ会 代表 山下 哲生	ヨガセラピー教室 講師 吉岡 礼子先生
日 毎月第2・4月曜 9:00～12:00 	日 毎週木曜 10:00～11:30 
Kodaniミュージックカフェ	健康学級 講師 岸本 康子先生
日 毎月第1・3木曜 13:30～15:30 ¥ お茶代100円/回 	日 全12回金曜 10:00～11:30 ①4/19 ②5/17 ③6/21 ④7/19 ⑤8/23 ⑥9/20 ⑦10/25 ⑧11/22 ⑨12/20 ⑩1/17 ⑪2/21 ⑫3/18
健康応援講座	男性料理教室 講師 永久 やすこ先生
主催 小谷小学校区市民協働 まちづくり協議会 福祉健康部会 小谷地域センター 講師 広島国際大学 蒲田研究室 日 全3回 ①6/2(火)13:30～15:00 ②7/4(木)10:00～11:30 ③8/1(木)10:00～11:30 持 タオル、運動しやすい服装 定 25名	日 全5回水曜 10:00～13:00 ①5/15②6/19③7/17④9/18⑤11/20 材 500円/回 持 米0.5合、エプロン、マスク、三角巾 手拭タオル、筆記用具 定 男性10人 (定員になり次第締切ります) 

申込み・問合せ 小谷地域センター(082)434-3758

花あそび(フラワーアレンジメント教室) 講師 小堀 優子先生	
日 全6回 9:30～11:30 ①5/18(土) ②～⑥はまだ日程調整中です。 また詳細、募集は後日ご案内いたします。	 
材 500円程度/回	定 10名
持 花バサミ、持ち帰りの袋、ぞうきん(毎回)	1Lの空のペットボトル(18日のみ)
平成31年度人権講座	
高齢化社会に向けた生活設計 講師 広島県金融広報アドバイザー 土井 敬子様	相続、贈与の基礎知識 講師 広島県金融広報アドバイザー 倉橋 孝博様
日 5/11(土) 13:30～15:30	日 8/10(土)予定 ※詳細、募集はまた後日ご案内いたします。
平成31年度青少年育成事業	
親子でおもしろ体験塾 (対象 小谷小学校児童とその保護者)	
日 全6回土曜 9:30～11:30 ①6/1(サイクリング)②6/8(神楽グッズづくり)③7/13(障害学習) ④8/3(ペタンク)⑤2/1(ユニカール)⑥2/15(親子でパンづくり)	
小谷わんぱくSchool(通学合宿) (対象 小谷小学校児童4～6年生)	
日 10月3日(木)、4日(金)、5日(土)の 二泊三日	
場 小谷地域センター	
絵を描いて楽しもう	留学生さんとの交流会
日 全2回 ①6/29(土)9:30～11:30 ②11月予定 講師 児玉 正春先生 ※詳細、募集はまた後日ご案内いたします。	今年度も、広島大学大学院生さんたちとの交流会を計画しています。 ※詳細、募集はまた後日ご案内いたします。
平成31年度自主講座	
トランポピクス教室 代表 福原 ミスエ	小谷SD教室 講師 古西 紀子先生
日 毎週月曜 9:30～11:00	日 毎週月曜 13:30～16:00
編み物教室 講師 山田 照子先生	対 成人一般
日 毎月第2・4月曜 13:30～15:30	カラオケ教室 講師 佐伯 興三先生
卓球教室 代表 後藤 賢徳	日 毎月第1・3火曜 13:30～15:00
日 毎週火曜・水曜 13:30～16:00	3予防いきいき元気倶楽部
なかよし文庫 代表 永井 祐子	代表 小谷小学校区まちづくり協議会女性部会 部会長 加栗 恵子
小谷・高屋東小学校で活動^	日 毎週水曜 9:30～11:30
日 ミーティング 毎週水曜 10:00～12:00	対 成人一般
ヨガ教室 講師 吉田 武子先生	篠笛教室 代表 貞光 さゆり
日 毎週金曜 13:30～15:00	日 毎月第2・4木曜 13:30～15:00
囲碁教室 代表 岡田 宏文	大正琴教室 講師 澤 悦子先生
日 毎週土曜 13:00～17:00	日 毎月第4金曜 9:30～11:30
ハンドベル教室 講師 稲田 さゆり先生	小谷一心太鼓 講師 大田 隆文先生
日 毎月1回土曜 15:00～16:30	日 毎週土曜 18:00～20:30
対 成人子ども	対 成人子ども

◎どの講座も、見学・体験はいつでもOKです。お問い合わせの上、お気軽にお越しください。