



5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/8:30~21:00
受付時間/月~金 8:30~17:00
土曜日 8:30~12:30



木々を吹き抜ける風もさわやかな5月を迎えました。センターでは、新年度になり新しい主催講座や自主講座がスタートするなど、多くの方々が来館され、活気に満ちています。

さて、本センターでは創立30年が経過し、雨漏りなど修繕が必要な箇所が出てきております。そこで、本年8月終わりごろから来年3月末にかけて、屋根や外壁の改修工事が行われる予定です。工事の関係で、駐車場のスペースもこれまでの半分くらいになります。センター使用にあたって、いろいろご不便をおかけすることになりますが、よろしく願いたします。

5月主催講座の紹介

簡単料理教室

- 【日にち】 5月16日(火曜日)
- 【時間】 9:30~12:30
- 【参加人数】 15名 ☆要予約
- 【参加費】 700円(材料費込)
- 【持参物】 エプロン・三角巾・タオル
- 【講師】 村上 容子先生
(東広島地域活動栄養士)



楽しく美味しく作るための手順を教えてください。料理は五感に訴える最高の脳トレです！男女ともに参加可能ですので、料理初挑戦の方も是非、ご参加ください！

クラフト講座

- 【日にち】 5月25日・6月1日(木曜日)
2回連続講座
- 【時間】 10:00~12:00
- 【参加費】 1000円/2回(材料費込)
- 【持参物】 ハサミ・筆記用具
- 【講師】 田辺みゆき先生
- 【定員】 10名



太い幅のクラフトで小型のかばんを制作します。初心者の方も大丈夫！みんなで一緒に作りましょう。

寺西いきいきサロン(百歳体操)

- 【日にち等】 5月11日・18日・25日(木曜日)
- 【時間】 10:30~11:30
- 【参加費】 無料 ☆事前登録が必要です。
- 【内容】 いきいき百歳体操を中心に、手話歌や脳トレなどを行います。
- 【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



6月 主催講座のご案内

簡単スマホ講座

「市民ポータルサイト」の使い方
「市民ポータルサイト」とは、市民と市役所をつなぐインターネットサービスのことです。便利な使い方を教えてもらいましょう！

- 【日にち】 6月12日(月曜日)
- 【時間】 13:30~14:30
- 【参加人数】 20名 ☆要予約
- 【参加費】 無料
- 【講師】 東広島市 職員



お口の健康講座

お口の老化(オーラルフレイル)を防いで「^{けんこう}健口寿命」を目指しましょう！

- 【日にち】 6月28日(水曜日)
- 【時間】 14:00~15:30
- 【参加人数】 申込不要
☆どなたでもご参加ください
- 【参加費】 無料
- 【講師】 佐藤 裕二先生(さとう歯科)
昭和大学名誉教授



☆令和5年4月22日までに申請があったものを載せています。



行事予定表

日	曜	行事	時間		日	曜	行事	時間	
			開始	終了				開始	終了
1	月	PINKYS	17:00	19:00	16	火	リコーダーを楽しむ会	13:30	15:30
2	火	ジャザサイズ	9:30	11:30	17	水	寺西健康ヨガ教室	17:30	19:00
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30			BRASH	19:00	21:00
		リコーダーを楽しむ会	13:30	15:30			ハラウナーメアフラリノ	10:00	11:00
		BRASH	19:00	21:00			やよい会	13:00	15:00
3	水	祝日 憲法記念日					JA広島中央 寺西女性部	13:00	15:00
4	木	祝日 みどりの日					ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30
5	金	祝日 こどもの日					ミモザの会	13:00	16:00
6	土	東広島フルートオーケストラ	9:00	12:00	18	木	フラダンスサークル	19:30	20:30
		スマイルオカリナハーモニー	10:00	12:00			3ステップエクササイズ	9:00	10:00
		ECCジュニア	10:30	12:30			クラフトサークル	10:00	12:00
		スマイルクラブ	13:30	16:00			寺西いきいきサロン	10:30	11:30
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00			タイチー	12:00	16:00
		アトリエ大地	17:45	20:45			東広島市中学校 教頭会	13:30	17:00
7	日	東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00	19	金	日米クック	14:00	16:00
		下寺家8組	9:30	12:00			遊楽書道	14:30	18:30
8	月	玉翠流翠混会 詩舞	12:00	16:00	20	土	ジャザサイズ	19:00	21:00
		淡交会	9:00	12:00			ジャザサイズ	9:30	11:30
		市太極拳協会	9:00	12:00			寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30
		篠笛の会	9:30	11:30			PINKYS	16:30	19:30
		川西朗生会	10:00	11:00			スマイルオカリナハーモニー	10:00	13:00
		手芸すみれ会	13:00	16:00			後谷自治会	10:00	12:00
		タイチー	13:30	15:30			ECCジュニア	10:30	12:30
		墨友会	18:00	20:00			錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00
9	火	錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00	21	日	アトリエ大地	17:45	20:45
		寺西茶道教室	9:00	12:00			東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00
		ジャザサイズ	9:30	11:30			東広島フルートオーケストラ	9:00	12:00
		ウクレレ	10:00	11:00			けんこうなかまの施術院	9:00	17:00
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30			市太極拳協会	9:00	12:00
10	水	寺西健康ヨガ教室	17:30	19:00	22	月	タイチー	13:30	15:30
		BRASH	19:00	21:00			錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00
		パソコン教室 楽パソ同好会	9:00	12:00			寺西茶道教室	9:00	12:00
		ハラウナーメアフラリノ	10:00	11:00			ジャザサイズ	9:30	11:30
		やよい会	13:00	14:30			よもやま会	9:30	12:00
		東広島市退職校長会	13:00	15:00			チョークアート教室	10:00	13:00
		ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30			玉翠流翠混会 詩舞	12:00	16:00
11	木	FKCカラオケ教室	14:30	18:30	23	火	BRASH	19:00	21:00
		市太極拳協会	19:00	21:00			寺西シニア元気塾	9:30	11:30
		3ステップエクササイズ	9:00	10:00			ハラウナーメアフラリノ	10:00	11:00
		クラフトサークル	10:00	12:00			ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30
		寺西いきいきサロン	10:30	11:30			FKCカラオケ教室	14:30	18:30
		タイチー	12:00	16:00			市太極拳協会	19:00	21:00
		ビーズクロッシェ	13:00	15:00			3ステップエクササイズ	9:00	10:00
		遊楽書道	14:30	18:30			主催講座 クラフト講座	10:00	12:00
		東広島市保育所主任会	15:00	17:00			寺西いきいきサロン	10:30	11:30
		ジャザサイズ	19:00	21:00			タイチー	12:00	16:00
		ジャザサイズ	9:30	11:30			ビーズクロッシェ	13:00	15:00
12	金	寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30	24	水	遊楽書道	14:30	18:30
		東広島市地域センター長会	10:00	12:00			ジャザサイズ	19:00	21:00
		PINKYS	16:30	19:30			池坊いけばな教室	9:30	10:30
		花みずき会	9:00	12:00			ジャザサイズ	9:30	11:30
		スマイルオカリナハーモニー	10:00	13:00			寺西健康ヨガ教室	10:00	11:30
13	土	簡単ハンドメイド教室	10:00	12:00	25	木	PINKYS	16:30	19:30
		寺西住民自治協議会	10:00	11:30			西条中学校 吹奏楽部	8:30	13:00
		ハッピー歌謡	13:00	16:00			スマイルオカリナハーモニー	10:00	13:00
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00			ECCジュニア	10:30	12:30
		男性フラダンス	18:00	20:00			ハッピー歌謡	13:00	16:00
		東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00			錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00
		我花咲くらぶ	9:00	13:00			東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00
14	日	PINKYS	10:00	12:00	26	金	東広島混声合唱団	12:30	16:30
		簡単ハンドメイド教室	10:00	12:00			東広島フルートオーケストラ	17:00	19:00
		東広島混声合唱団	12:30	16:30			市太極拳協会	9:00	12:00
		市太極拳協会	9:00	12:00			篠笛の会	9:30	11:30
15	月	タイチー	14:00	16:00	27	土	錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00
		PINKYS	17:00	19:00			ジャザサイズ	9:30	11:30
		墨友会	18:00	20:00			BRASH	19:00	21:00
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00			わらべうた 空色のたね	10:00	15:00
		ジャザサイズ	9:30	11:30			東広島市退職校長会	13:00	15:00
16	火	主催講座 簡単料理教室	9:30	12:30	28	日	ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30			フラダンスサークル	19:30	20:30
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	16:30					