

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



早くも真夏を思わせる強い日ざしの日が多くなりましたが、皆様お変わりありませんか。先月もお知らせしましたように、8月の終わりから屋根や外壁の改修工事が始まり、それに伴い、駐車場のスペースも半減されます。したがって、仮にホールや研修室が空いていたとしても、その時のセンターを使用される人数全体の関係で、利用制限せざるをえない状況も想定されます。その点をセンター職員に確認しながら申請していただきますよう、よろしくお願いいたします。

6月主催講座の紹介

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



寺西いきいきサロン(百歳体操)

【日にち等】 6月1日・8日・15日・22日・29日（毎週木曜日）

【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・出前講座を行います。

【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

毎週元気に介護予防！みんなで延ばそう健康寿命！



7月 主催講座のご案内

☆7月主催講座の申込みは、6月15日（木）午前9時より開始します。お電話か直接事務室へ①講座名②名前③連絡先をお伝えください。

簡単スマホ講座

スマホデビューからもう一歩！
～LINEとスマホ決済を活用しよう～

【日にち】 7月10日（月曜日）

【時間】 13:30~15:00

【参加人数】 20名 ☆要予約

【参加費】 無料

【持参物】 各自のスマートフォン（貸出有）

【講師】 ソフトバンク株式会社



こども料理教室

～みそ玉とおにぎりを作ろう！～

【日にち】 7月28日（金曜日）

【時間】 10:00~12:00

【参加費】 100円

【持参物】 エプロン

・キャップ・マスク

【募集人数】 12名

【内容】 夏はこれがあると便利！
種類豊富なみそ玉作りに挑戦しよう！



