

料理教室

平岩地域センター主催

災害への備え ローリングストックで美味しく防災

普段の食料品を多めに買い置きして、賞味期限を考えて古い物から消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が備蓄されている状態を保つための方法。



【日時】 **令和3年5月31日(火曜日)**

10時30分～13時30分

【持参物】 エプロン・ハンドタオル・三角巾

【参加費】 食材費を参加人数で割ります(500円程度)

【定員】 8人

講師: 普家 由香理

じけ駅前内科・糖尿病内科クリニック

中宿 友莉絵

さんくす薬局寺家駅店

アドバイザー: 小田 賀明

じけ駅前内科・糖尿病内科クリニック院長



【献立】

サバ缶でサンドイッチ

野菜ジュースでミネストローネ

うたのアルバム

5/24(火) 13:30～15:00

講師: 小川寛子先生

マスク着用ですが、歌で元気をもらいましょう!

手作りの部屋

「山からのおくりもの」ルーム

野の草を摘み小さな花束やスワッグを作ります。
(天候により内容が変更することがあります)

5/28(土) 10:00～12:00

講師: 地域ボランティア

定員: 5人

子犬のしつけ方教室

5/7(土) 14:00～15:00

講師: 上級愛玩動物飼養管理士

ペット災害危機管理士1級講師

上野貴子先生

猫と犬の譲渡会

5/1(日) 10:00～14:00

ワンハート制作委員会共催

ハーブ教室 5/13・5/14

三味線教室 5/7・5/21

フレイル予防体操
5/16・5/30

手話で話そう! 5/7

ひらいわ茶道教室 5/21

平岩脳トレ倶楽部 毎週水

5/11 ヤクルトの出前講座予定

「ひらい和」子育てサークル 毎週木曜日 10:00～12:00

5/12 オープンスペース 予約不要

5/19 わらべうた

講師: そらいろのたねさん

予約制 (未就園児 10組)

9/26 平岩子育て 彩いろスペース

講師: 彩り空間ひだまり

代表 信廣景子先生 (カラーコミュニケーションアドバイザー)

予約制: 4名 (お子様連れ OK)

元小学校教師・小学校心のサポーター等小学生にかかわること約30年の経験豊かな先生です。
気軽に色&おしゃべりを楽しみませんか?

平岩地域センター5月予定



令和4年4月23日現在

日	月	火	水	木	金	土
1 10:00～猫と犬の譲渡会	2 9:30～地域共生課 12:30～上寺家コミュニティ 15:00～学研教室	3 休館日 	4 休館日 	5 休館日 	6 13:30～健康体操同好会 15:30～遊楽書道 16:00～プチプリンセス(バレエ)	7 9:00～あすなる卓球 11:00～手話を話そう 13:30～三味線教室 14:00～子犬のしつけ 15:00～成犬のしつけ 16:00～Kids FRP 18:00～錬心館空手
8 9:00～TOSS広島	9 9:00～テトラの会 9:30～地域共生課 10:00～空色のたね 11:20～フラダンス 12:30～上寺家コミュニティ 14:30～遊楽書道 15:00～学研教室 19:00～ビバ! 太極拳	10 9:30～やまぶきの会(サロン) 10:00～more'Ps 10:00～東広島バラの会 13:30～親和会 18:00～ファンソン	11 8:30～mocomoco 10:00～脳トレ倶楽部 13:30～ヒロ&ノブ 15:45～地域共生課 16:30～薔書道 19:30～フラダンス	12 9:30～平岩囲碁クラブ 10:00～パッチワーク教室 10:00～ひらい和子育て 13:00～やさしいヨガ 13:30～生命の貯蓄体操 15:00～学研教室 17:30～あすなる卓球	13 9:00～木彫会 10:00～ハーブ教室 10:00～かがやき 13:30～健康体操同好会 15:30～遊楽書道 16:00～プチプリンセス(バレエ)	14 9:00～あすなる卓球 10:00～ハーブ教室 13:00～いるかくらぶ 13:30～TOSS広島 16:00～Kids FRP 18:00～錬心館空手
15	16 9:30～地域共生課 10:00～フレイル体操 12:30～上寺家コミュニティ 14:30～遊楽書道 15:00～学研教室 18:00～プチプリンセス(バレエ)	17 10:00～俳画同好会 14:00～フラワーアレンジメント 花花 19:00～ファンソン	18 10:00～脳トレ倶楽部 13:00～着付け教室 桜花 15:45～地域共生課 16:30～薔書道 19:00～ビバ! 太極拳	19 9:30～平岩囲碁クラブ 10:00～ひらい和子育て 12:30～型彫教室 13:30～生命の貯蓄体操 15:00～学研教室 17:30～あすなる卓球	20 10:00～不動産本舗 13:30～健康体操同好会 13:30～パソコン同好会 16:00～プチプリンセス(バレエ) 15:30～遊楽書道	21 9:00～あすなる卓球 9:30～五色百人一首 13:30～三味線教室 13:30～入江茶道 13:00～華の倶楽部 16:00～Kids FRP 18:00～錬心館空手
22 8:30～mocomoco 9:00～東広島の野鳥と 自然に親しむ会	23 9:00～テトラの会 9:30～絵手紙 9:30～地域共生課 11:20～フラダンス 12:30～上寺家コミュニティ 14:30～遊楽書道 15:00～学研教室	24 10:00～more'Ps 13:30～うたのアルバム 18:00～ファンソン	25 10:00～脳トレ倶楽部 13:30～ヒロ&ノブ 15:45～地域共生課 16:30～薔書道	26 9:30～平岩囲碁クラブ 10:00～パッチワーク教室 10:00～ひらい和子育て 13:00～やさしいヨガ 13:30～生命の貯蓄体操 15:00～学研教室 17:30～あすなる卓球	27 9:00～木彫会 10:00～かがやき 13:30～健康体操同好会 15:30～遊楽書道 13:30～パソコン同好会 16:00～プチプリンセス(バレエ)	28 8:30～mocomoco 9:00～あすなる卓球 10:00～子供茶道 10:00～手づくりの部屋 13:30～TOSS広島 16:00～Kids FRP 18:00～錬心館空手
29 13:30～上寺家コミュニティ	30 9:30～地域共生課 10:00～フレイル体操 12:30～上寺家コミュニティ 14:30～遊楽書道 15:00～学研教室 18:00～プチプリンセス(バレエ)	31 10:00～more'Ps 10:00～健康教室	 <p>移動図書館車 としよまる 5月19日(木)</p>			

国・県の動向をはじめ、東広島市からの要請により急遽の中止・変更する場合があります。

