

# 10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

## 地域センターからお知らせ

※消費税値上げに伴い、利用料が変更します。詳しくはセンター事務室にお問合せください。

※部屋名が変更します。大ホール→ホール、調理室→調理実習室、修養室→和室

**募集中!**

### 男の料理教室



- ☆日 時 10月17日(木)  
9:30~12:30
- ☆場 所 寺西地域センター 調理実習室
- ☆参加費 材料費実費(700円前後)
- ☆持参物 エプロン・三角巾・タオル(手拭き用)
- ☆定 員 20名
- ☆講 師 村上容子先生  
(東広島地域活動栄養士会)
- ☆申込み 電話かFAXでセンターに  
申し込みください。
- ☆締め切り 10月12日(土曜日)

### 主催講座

### 募集中! 寺西陶芸教室



【日 時】 10月2日・9日・23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

前回大好評だった寺西陶芸教室の第2弾です。今回はお茶碗を作ります。土から成形していく本格的陶芸です。陶芸の奥深さ・面白さを一緒に学んでいきましょう。

下寺家地区社会福祉協議会 寺西地域センター 共催

### 第1回 健康ウォーキング ひろしま散策

【日にち】 10月15日(火曜日)

【時間】 9:00~16:00

【場所】 縮景園・平和記念公園・平和記念資料館

【申し込み】 参加者多数の為、締め切りました。

第2回健康ウォーキングは11月26日(火)に宮島を予定しています。

### 千ヨークアート

【日にち】 10月7日(月曜日)

【時間】 10:00~12:00

【材料費】 600円

【講師】 嘉屋 由美子先生

【持参物】 汚れてもいい服装またはエプロン

【申し込み】 参加者多数の為、締め切りました。

何点かを生涯学習フェスティバルで(11/9・10)展示します。是非、ご覧ください。



寺西地域住民自治協議会 主催



### ボーリング大会 募集中!

#### 寺西シニア元気塾 10月講座

【日 時】 10月30日(水曜日)

【集合出発】 9時30分 寺西地域センター出発

【場 所】 賀茂ボール

【参加費】 1000円(プレー代・マイシューズ代)

【その他】 マイボール・マイシューズOK!

【参加人数】 男女合わせて先着30名程度

【切 切】 10月21日(月曜日)

下記の電話番号へ名前・連絡先をお伝えください。

環境福祉部会 寺西シニア元気塾

Tel080-2943-9334 (清水迫事務局長)

Tel090-4579-2477 (瀧鍵環境福祉部長)



介護予防に取り組む【通いの場】

### 寺西いきいきサロン

**募集中!**

【日 時】 10月3日・10日・17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を中心に、かみかみ百歳体操・脳トレクイズ・手話歌などを予定しています。

【持参物】 動きやすい服・上靴・飲み物・おもり  
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!



# 行事予定表

令和元年9月20日現在

日	曜	行事	時間		日	曜	行事	時間			
			開始	終了				開始	終了		
1	火	ジャザサイズ	9:30	11:30	15	火	玉翠流翠混会 詩舞	13:30	17:30		
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	17:30			BRASH	19:00	21:00		
		東広島市小学校教頭会	13:30	16:30	16	水	ジャザサイズ	9:30	11:30		
		寺西地域住民自治協議会	17:30	20:00			広島パンフルートの会	9:30	11:30		
		BRASH	19:00	21:00			やよい会	13:00	16:00		
2	水	ジャザサイズ	9:30	11:30	17	木	ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30		
		広島パンフルートの会	9:30	11:30			3ステップエクササイズ	9:00	10:00		
		主催講座 寺西陶芸教室	10:00	12:00			主催講座 男の料理教室	9:30	12:30		
		やよい会	13:00	16:00			主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30		
		ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30			遊楽子ども書道	14:30	18:30		
3	木	3ステップエクササイズ	9:00	10:00	18	金	女性会 池坊	9:30	11:00		
		主催講座 いきいきサロン	10:30	11:30			寺西健康ヨガ教室	9:30	11:30		
		遊楽子ども書道	14:30	18:30			女性会 踊り	13:00	16:00		
4	金	寺西健康ヨガ教室	9:30	11:30	19	土	キッズビクス	17:00	19:00		
		東広島混声合唱団	19:00	21:00			錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00		
		キッズバトン	19:00	21:00			花みずき会	9:00	12:00		
5	土	ピアノ・ピアノノ	10:00	12:00	21	月	ハッピー歌謡サークル	13:00	16:00		
		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			市太極拳協会	9:00	12:00		
6	日	東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00	22	火	東広島市中学校教頭会	13:30	16:30		
		ダンススポーツすずらの会	11:00	17:00			寿連合会	13:30	15:00		
		市太極拳協会	9:00	12:00			祝日 即位礼正殿の儀				
		女性会 調理	9:00	12:00			23	水	女性会 ヨガ	9:00	12:00
		主催講座 チョークアート	10:00	12:00					楽パソ同好会	9:00	12:00
7	月	寿連合会	13:30	15:00	24	木	ジャザサイズ	9:30	11:30		
		篠笛の会	18:00	21:00			主催講座 寺西陶芸教室	10:00	12:00		
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00			ハッピー歌謡サークル	13:00	16:00		
		女性会 茶道	8:30	12:30			ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30		
		ジャザサイズ	9:30	11:30			市太極拳協会	19:00	21:00		
8	火	女性会 手芸	13:00	16:30	25	金	3ステップエクササイズ	9:00	10:00		
		玉翠流翠混会 詩舞	13:30	17:30			ビーズクロッシェ	13:00	15:00		
		BRASH	19:00	21:00			遊楽子ども書道	14:30	18:30		
		女性会 ヨガ	9:00	12:00			東広島FDC	19:00	21:00		
		楽パソ同好会	9:00	12:00			寺西健康ヨガ教室	9:30	11:30		
9	水	ジャザサイズ	9:30	11:30	26	土	キッズビクス	17:00	19:00		
		広島パンフルートの会	9:30	11:30			キッズバトン	9:00	11:00		
		主催講座 寺西陶芸教室	10:00	12:00			ひまわり	9:30	12:30		
		ハッピー歌謡サークル	13:00	16:00			食育の会ミント	10:00	14:00		
		ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30			寺西まちづくり協議会	13:00	15:30		
10	木	市太極拳協会	19:00	21:00	27	日	錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00		
		3ステップエクササイズ	9:00	10:00			広島パンフルートの会	13:00	16:00		
		主催講座 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		
		ビーズクロッシェ	13:00	15:00			東広島ウインドアンサンブル	18:00	21:00		
		遊楽子ども書道	14:30	18:30			東広島ウインドアンサンブル	9:00	17:00		
11	金	東広島FDC	19:00	21:00	28	月	市太極拳協会	9:00	12:00		
		女性会 水質検査	8:00	11:00			篠笛の会	18:00	21:00		
		寺西健康ヨガ教室	9:30	11:30			錬心館寺西空手スポーツ少年団	19:00	21:00		
		キッズビクス	17:00	19:00			ジャザサイズ	9:30	11:30		
		フォトサークル・シャドウ	17:00	19:00			BRASH	19:00	21:00		
12	土	東広島混声合唱団	19:00	21:00	29	火	寺西シニア元気塾	9:30	11:30		
		錬心館寺西空手スポーツ少年団	14:00	18:00			ダンススポーツすずらの会	13:30	15:30		
		下寺家8組	10:00	12:00			市太極拳協会	19:00	21:00		
13	日	祝日 体育の日		30	水	寺西まちづくり協議会	18:30	20:30			
		14	月			祝日 体育の日		3ステップエクササイズ	9:00	10:00	
15	火			主催講座 健康ウォーキング	9:00	16:00	31	木	遊楽子ども書道	9:00	12:00
		ジャザサイズ	9:30	11:30							

## 第22回 寺西まちづくり文化祭 「出会い ふれあい 語り合い」

【日時】 11月17日(日曜日) 9:00~15:00

【場所】 寺西地域センター

センターや地域で活動されている団体のステージ発表や、作品展示・女性会によるバザー他を予定しています。ステージ発表や作品展示をされる方はセンター事務室に用意している用紙に記入して、お申込みください。(申込み締め切り) 10月25日(金曜日)16:00まで