



# 大乗地域交流センターだより



令和5年8月号 No.53 Tel・Fax 27-0941

## 7月14日(金) 藪木三恵先生による青竹エクササイズを実施

自分の体を手を伸ばし伸ばしさすって、体ほぐしをしました。そして青竹を使って足裏を刺激。手指もしっかり動かすことによって体と脳が活性化されました！終わってみれば体と脳のトータルバランスがとれ、からだスッキリ!! 参加者の皆さんも自然と笑顔になり、若返りました。



## 夏休み子ども講座が始まりました!

### 7/25(火) \*開講式・キッズ♡ハート教室

夏休み子ども講座の開講式を行い、センターの使用について、講座の準備物など説明しました。キッズ・ハート教室は、竹原市人権センター・市立竹原書院図書館の方々によるDVD鑑賞会、絵本の読み聞かせがあり、人はみんな同じではないよ、自分も周りも大切にしよう!というメッセージを伝えて下さいました。



### 7/24(月) \*料理

4~6年生 12名が参加、講師：原田千鳥先生  
キーマカレー・野菜スープ・蒸しパンを作りました。野菜を切る・炒める・盛りつけまで分担して取り組み、おいしく出来上がりました。

### 7/27(木)・28(金) \*バドミントン

1~6年生 12名が参加、講師：西口 広崇先生  
はじめはシャトルがラケットに当たらず苦労しましたが、2日間でラリーが続くようになり、試合もできるようになりました。暑い中でしたが、体育館には元気のいい声が響き、楽しい時間を過ごせました。



## 認知症サポーター養成講座

日時 9月12日(火) 10:00~11:30

場所 大乗地域交流センター2階ホール

〆切り 8月31日(木)

- ・認知症とは? 認知症と思われる方に遭遇したときはどうすればいいの?
- ・講座受講生を対象に9月20日(水) 10:30~12:10声掛け訓練を実施予定

きりとり

認知症サポーター養成講座申込書

住所 \_\_\_\_\_

名前 \_\_\_\_\_

連絡先 \_\_\_\_\_

# 8月行事予定表（9月9日まで）

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		8/1 子ども図画 9:30 仲間体操 9:30 3B体操 14:00	2 子ども習字 9:30	3 子ども図画 9:30 卓球 13:30	4 G.G. 8:30 パソコン 9:30 卓球 9:30 囲碁 13:00	5 G.G. 8:30
6	7 G.G. 8:30 子ども習字 9:30 歌声 13:30	8 子どもビ-チ 10:00 3B体操 14:00	9 子どもビ-チ 10:00	10 ミルハウス 9:00 卓球 13:30	11 山の日	12
13	14 事務室休み	15 事務室休み	16 事務室休み	17 卓球 13:30	18 G.G. 8:30 パソコン 9:30 卓球 9:30 囲碁 13:00	19 G.G. 8:30
20	21 G.G. 8:30 <b>障子張り替え講座 9:30~</b>	22 3B体操 14:00	23 子ども工作 9:30 ハーモニカ 9:30	24 卓球 13:30 子どもストレッチ 19:00	25 G.G. 8:30 パソコン 9:30 卓球 9:30 囲碁 13:00	26
27	28 G.G. 8:30	29 仲間体操 9:30 3B体操 14:00	30	31	9/1 G.G. 8:30 パソコン 9:30 卓球 9:30 手づくりハン① 9:30 手づくりハン② 13:00 囲碁 13:00	2 G.G. 8:30
3	4 G.G. 8:30 歌声 13:30	5 仲間体操 9:30 3B体操 14:00	6 男性料理 9:30	7 バーグアト 9:30 若竹 13:30 卓球 13:30	8 G.G. 8:30 パソコン 9:30 卓球 9:30 囲碁 13:00	9

令和5年度大乗地域交流センターまつりを下記のように実施します

日 時 令和5年10月27日（金）9:30~15:00  
 内 容 舞台発表 9:30~11:30  
 喫茶 11:30~売り切れ迄  
 フリーマーケット 12:00~15:00

※教室・同好会の作品展示は3月に実施※