

大乘地域交流センターだより

令和8年9月号 Tel・Fax 27-0941

9月に入っても厳しい暑さが続いています。夏の疲れに注意しましょう。そして、そろそろ秋の準備に入りたいですね。秋風が待ち遠しいです。

🎵 歌声教室

懐かしい歌、季節の歌、西原一満先生の素敵な伴奏で歌いませんか？恥ずかしい？大丈夫です！😄心が弾む、笑顔になれる、楽しい時間を過ごしましょう！

日 時：9月16日（水） 13：30～15：00

場 所：大乘地域交流センター 2階ホール

講 師：西原 一満先生

持参物：飲み物

申し込：大乘地域交流センター

× 切：9月11日（金）

📄 教室・同好会代表者会議

日時：9月28日（月）

9：30～11：30

場所：大乘地域交流センター
2階ホール

議題：・避難訓練、AEDの使用方法
（消防署の方の指導）

・教室・同好会の活動、施設利用の
確認

*各教室・同好会から必ず1名以上
出席をお願いいたします。

☕ ゲイシャコーヒーを愉しむ会

家庭でコーヒーを美味しく飲むコツを教わりませんか？今回は、『ゲイシャ』という名前の豆です。どんなお味でしょう？美味しいデザートと一緒に味わいましょう！

日 時：10月15日（木） 10:00～11:30

場 所：大乘地域交流センター 調理室

講 師：林 俊博先生（MOMOKICHI 庵）

持参物・参加費：コーヒードリッパー、ふきん、マグカップ、700円

申し込み：大乘地域交流センター 10月1日（木）*先着10名

*デザートの抹茶プリン、クリームブリュレどちらかを選択

夏休み子ども 3B 体操教室

8月19日（水）、花田尚美先生のご指導で夏休み子ども3B体操教室を開催しました。参加の皆さん、柔軟体操、リズムに合わせて身体を動かすなど、笑顔で楽しむことができました。



🧘 元気になる体操

8月25日（火）、一田園子先生のご指導で『元気になる体操』を実施しました。普段使えていない体の部位を、椅子に座ったまま伸ばす・捻る・反らす・丸めるなど色々な動きを体感しました。上半身、下半身あまり使えていなかったところに刺激がありました。終わった後には全身スッキリ！何歳若返ったでしょう😄

9 月 行 事 予 定 表 (10 月 10 日 ま で)

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		9/1 1件体操 9:30 3B体操 14:00	2 G.G. 8:00 クラフト・アーツ 9:30	3 若竹 13:30 卓球 13:30	4 G.G. 8:00 パソコン 9:30 卓球 9:30 手づくりハートの 9:30 手づくりハートの 13:00 囲碁 13:00	5 舞踊 13:30
6	7 G.G. 8:00 アロマ 10:00 歌声 13:30	8 フラワー 9:30 3B体操 14:00	9 G.G. 8:00 ハーモニカ 9:30	10 シルクハリス 9:00 卓球 13:30	11 G.G. 8:00 パソコン 9:30 卓球 9:30 囲碁 13:00	12
13	14 G.G. 8:00	15 1件体操 9:30 3B体操 14:00	16 G.G. 8:00 クラフト・アーツ 9:30 歌 声 13:30	17 若竹 13:30 卓球 13:30 親子ストレッチ 19:00	18 G.G. 8:00 パソコン 9:30 卓球 9:30 囲碁 13:00	19 子ども舞踊 13:30
20	21 G.G. 8:00 敬老の日	22 国民の休日	23 G.G. 8:00 秋分の日	24 シルクハリス 9:00 卓球 13:30	25 G.G. 8:00 パソコン 9:30 卓球 9:30 囲碁 13:00	26
27	28 G.G. 8:00 代表者会議 9:30	29 写真 9:30 青竹エクササイズ 10:00 3B体操 14:00	30 G.G. 8:00 ハーモニカ 9:30	10/1 若竹 13:30 卓球 13:30	2 G.G. 8:00 パソコン 9:30 卓球 9:30 手づくりハートの 9:30 手づくりハートの 13:00 囲碁 13:00	3 舞踊 13:30
4	5 G.G. 8:00 歌声 13:30	6 1件体操 9:30 3B体操 14:00	7 G.G. 8:00 アロマ 10:00	8 シルクハリス 9:00 卓球 13:30	9 G.G. 8:00 パソコン 9:30 卓球 9:30 囲碁 13:00	10