

6
月号

～学びあう まちのホットステーション～

ただのうみ



忠海地域交流センター
〒729-2316
竹原市忠海中町二丁目26-1
☎ 0846-26-0029
Email: tadanoumi-k@

大地が潤う梅雨の季節が近づいて参りました。電気料金の高騰で、エアコンを使うのを躊躇してしまいがちですが、熱中症の心配があります。健康を第一に…利きすぎに気を付けながら快適にエアコンを使いましょう。過ごしやすい梅雨となりますように。



短期特別講座 参加者募集！！

暮らしのDIY講座 ふすまの貼り替え

日時：6月27日（火）9：30～11：30

講師：中野 敬二 先生

参加費：無料

定員：5～6名 対象：男性でも女性でもOK

水分補給にお茶をお持ちください。



英会話教室 道を聞かれた時

日時：7月5日（水）10：00～11：30

講師：青木 ちさと 先生

参加費：無料

定員：5～6名 対象：男性でも女性でもOK

皆さんと英会話を楽しく学びましょう。



【令和5年度開講式を行いました】 5/13



令和5年度も無事にスタート
しました。出席者...43名



4年ぶりの記念公演
川村幹典氏によるウクレレ演奏



今築市長からも激励の
お言葉いただきました。

〈令和5年度運営委員紹介〉

井上範昭、大下博、小下敏明、
宮本享典、野戸知子、砂田初江、
松浦由花、橋本清勇、唐見敏徳、
小積泰子、角本やよい、大和浩子
大岡牧恵、盛本幸子 計14名

令和5年度もどうぞよろしく
お願いいたします

【せいけい介護予防教室のご案内】

ごえんせいはいえん

★ 誤嚥性肺炎とお口の関係について ★

— 美味しく食べて身体も元気♪ —

日時：6月20日（火）

10：00～11：30



場所：忠海地域交流センター1階ホール

講師：竹原市在宅支援センターせいけい 職員

【農園ボランティア募集】



5/21ふれあい農園の様子

（サツマイモの苗うえ）



（0846）26-0029 大岡・盛本

子どもの行事を行う際に、
一緒にお手伝い頂ける方を
募集しています。ご都合の
良い日のみで構いません。
是非、お名前を登録させてく
ださい。センター窓口または、
お電話をお待ちしています。

【暮らしのDIY講座 5/23】



包丁の研ぎ方、棚
づくり、扉の修理、
包丁差しの順に行
いました。中でも包
丁研ぎを皆さん真
剣に取り組んでおら
れました。

【大人の料理教室

5/24】



ひよこ豆の豆乳スープと
ポークソテーのローズマ
リーを作りました。見た
目も美しく、家で食べ
るのが嬉しいレシピで
した。皆さん楽しそうに料
理されていました。

定期講座・同好会新規メンバー募集中

(状況に応じて変更有)

	No.	講座名	曜日	時間	6月	7月
定期講座	1	大正琴	第1.3月	13:30~	5*19	3
	2	健康ヨガ	第2.4月	15:00~	12*26	10*24
	3	にこにこ体操 (○印は午前)	毎週月	13:30~	5*12* ^⑨ *26	3*10*24*31
	4	和太鼓エクササイズ	第4火	10:00~	27	25
	5	掛場獅子舞	第1.3火	19:00~	6*20	4*18
	6	楽しく歌と脳トレ!	第2火	10:00~	13	11
	7	忠海美術愛好会	第2.4火	14:00~	13*27	11*25
	8	生命の貯蓄体操	毎週水	9:30~	7*14*21*28	5*12*19*26
	9	男性3B体操	第1.3水	10:00~	7*21	5*19
	10	クラフトバンド	第2.4木	9:00~	8*22	13*27
	11	フラダンス	第1.3木	10:00~	1*15	6*20
	12	フラワーアレンジメント	第3金	10:00~	16	21
	13	パン教室 マスタークラス	第2土	9:30~	10	8
	14	パン教室 基礎クラス	第3土	9:30~	17	15
	15	歌おう会	第2.4土	13:00~	10*24	8*22
	16	こども習字	第2.4土	15:15~	10*24	8*22
	17	こども茶道教室	第3土	9:15~	17	15
同好会	18	太極拳	第2.4月	9:30~	12*26	10*24
	19	手打ちそばの会	第1.3火	9:30~	6*20	4*18
	20	自然観察会	第3火	13:00~	—	—
	21	空手	毎週火土	17:00~	毎週火土	毎週火土
	22	ヴォーカル夢	毎週水	9:30~	7*14*21*28	5*12*19*26
	23	詩吟	第2.4水	13:30~	14*28	12*26
	24	シャインフレール	第1.3木	10:00~	1*15*29	6*20
	25	ピンポン同好会	第2.4木	13:00~	8*22	13*27
	26	囲碁	毎週木	13:00~	1*8*15*22	6*13*20*27
	27	ダンス	第1.3木	13:30~	1*15	6*20
	28	忠海歴史研究会	第4木	13:00~	—	—
	30	煎茶	第2金	9:30~	9	14
	31	おそば3人会	第2金	9:30~	9	14
	32	混声コーラス	毎週金	19:30~	2*9*16*23	7*14*21*28
	33	園芸クラブ	第4金	9:00~	9	必要に応じて
	34	お話と絵本の会	第2土	9:30~	10	8
	35	卓球クラブ	毎週土	13:30~	3*10*17*24	1*8*15*22
	36	グラウンドゴルフ	毎週木.土	8:00~	毎週木.土	毎週木.土
			わかたけ号来館	第1木	10:15~	1
		ミルクハウス	第2金	9:00~	9	14
		いこい(憩い)食堂	第4土	11:30~	24	22

*第6回市民公開講座 健康講演会 6月14日(水) 14:00~15:00