

8
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

夏の日差しが眩しいこの季節、皆様いかがお過ごしでしょうか。当センターも、この期間はお休みされる講座が多く、少し寂しいですが、お越しいただける方を明るい笑顔でお迎えしたいと思います。気温の高い日が続きますので、くれぐれも熱中症にならない様に、喉が乾いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。そして、大量の汗をかくときは、ほどよく塩分もとりましょう。さらに、エアコンや扇風機を適度に使って、夜、ぐっすりと眠れる環境を整えましょう。

忠海町内少年少女スポーツ交流会参加者募集！

日時： 9月9日（土） 8：00～11：30（受付開始：7時40分）

* 小雨決行、雨天中止の場合7：00までに連絡を致します。

開催場所：内堀公園 競技種目：モルック

駐車場は、元農協、呉共済病院にお願いしてありますが、出来るだけ徒歩でおいでください。

持参物：水筒、帽子、タオル、動きやすい服装

申込み：8月10日（木）までにお電話または、メールにて。

後援：忠海第1, 2, 3地区社会福祉協議会
忠海地区民生委員児童委員協議会



〈令和4年度の大会の様子〉

モルックは、3人一組で、大人も子どもも楽しめるスポーツです。ルールも分かりやすいので、初めての方も気軽にお申込みください。忠海町を皆さんで盛り上げましょう！

《活動報告》皆さんのリクエストにお応えしたいと考えております。お声をお寄せください。

【暮らしのDIY講座～ふすまの貼り替え6/27】



木枠を外さずこれまで我流で貼っていたので、今回受講して良かった。難しいと思っていた事が自分で出来るのが嬉しい。

3班に分かれて講師の指導のもと、4枚のふすまの貼り替えをしました

【実践英会話～道を聞かれた時 7/5】



心理学とのドッキングで、まずリラックスしてから始める事が出来ました。内容もとても分かりやすく楽しい講座でした。次回も是非参加したいです。

家でもキクタンを聞いて英語脳にする試みも...使える英会話です！

【せいけい介護予防教室のご案内】

★ 低栄養について ★

ー しっかり食べて夏バテしらずになろうー

日時： 8月15日（火）

10：00～11：30

お盆も

開催します



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

【特別清掃のご協力に感謝】

5/23 掛場の獅子舞

6/20 手打ちそばの会

6/26 健康ヨガ

7/3 大正琴

7/10 太極拳

の皆様



館内清掃にご協力頂き、ありがとうございます。おかげさまで、気持ちよく使えます。

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	8月	9月
定期講座	1	大正琴	第1.3月	13:30~	—	4*18
	2	健康ヨガ	第2.4月	15:00~	7*28	11*25
	3	にこにこ体操 (O印は午前)	毎週月	13:30~	7*(21)*28	4*11*25
	4	和太鼓エクササイズ	第4火	10:00~	22	26
	5	掛場獅子舞	第1.3火	19:00~	—	5*19
	6	楽しく歌と脳トレ!	第2火	10:00~	—	12
	7	忠海美術愛好会	第2.4火	14:00~	8*22	12*26
	8	生命の貯蓄体操	毎週水	9:30~	—	6*13*20*27
	9	男性3B体操	第1.3水	10:00~	2*30	6*20
	10	クラフトバンド	第2.4木	9:00~	—	14*28
	11	フラダンス	第1.3木	10:00~	17 (変更あり)	7*21
	12	フラワーアレンジメント	第3金	10:00~	18	15
	13	パン教室 マスタークラス	第2土	9:30~	—	9
	14	パン教室 基礎クラス	第3土	9:30~	—	16
	15	歌おう会	第2.4土	13:00~	12*26	9*23
	16	こども習字	第2.4土	15:15~	5*19	9*23
	17	こども茶道教室	第3土	9:15~	19 (センター)	16 (西原邸)
同好会	18	太極拳	第2.4月	9:30~	—	11*25
	19	手打ちそばの会	第1.3火	9:30~	—	5*19
	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~	2*9*23*30	6*13*20*27
	23	詩吟	第2.4水	13:30~	9*23	13*27
	24	シャインフレール	第1.3木	10:00~	3*17	7*21
	25	ピンポン同好会	第2.4木	13:00~	10*24	14*28
	26	囲碁	毎週木	13:00~	3*10*17*24	7*14*21*28
	27	ダンス	第1.3木	13:30~	3*31 (変更あり)	7*21
	28	忠海歴史研究会	第4木	13:00~	—	—
	30	煎茶	第2金	9:30~	11	8
	31	お蕎麦同好会	第2金	9:30~	11	8
	32	混声コーラス	毎週金	19:30~	4*6*11*18*25	1*8*15*22
	33	園芸クラブ	第4金	9:00~	25	必要に応じて
	34	お話と絵本の会	第2土	9:30~	—	—
	35	卓球クラブ	毎週土	13:30~	5*12*19*26	2*9*16*23
	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~	3
		ミルクハウス	第2金	9:00~	11	8
		いこい (憩い) 食堂	第4土	11:30~	26	23

(8月の行事予定) 8/9 子ども絵画教室 8/10 森林へ行こう

忠海地域交流センターのお盆休み…8/14~8/16、8/17は午後よりお休みします。