

4

月号

～学びあう まちのホッとステーション～

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@tanet.ne.jp

入学、就職を迎えた皆様、おめでとうございます。いよいよ新生活がスタートします。早く新しい環境に慣れて楽しい毎日が過ごせますよう地域も応援しています。交流センターも新年度を迎え、定期講座、同好会の受講生を募集しております。この機会に新しい習い事はいかがでしょうか。まずは、気軽に見学からお越しく下さい。詳しくは裏面をご覧ください。

忠海学園の新一年生を見守る地域ボランティア募集中！！ 期間中、一日でも構いません。お問合せは、
4/12～19…7：50～8：50 4/22～26…7：50～8：40 忠海地域交流センターにお電話ください。

【ホールライブの様子】 ことのは ”歌って巡ろう日本の四季” 2/1 (木) 34名



唱歌を歌って、笑って...あっという間に時間が過ぎていきました。素敵なひと時を有難うございました。



ライブ終了後も道行く人から「楽しかったよ～」と温かいお声をいただきました。励みになります。

【プリザーブドフラワー教室の様子】 3/1 (木) 12名 講師 吉田真由美さん



初めての参加で、上手く出来るかとても不安でしたが、先生が優しく丁寧に指導くださったので、安心して制作できました。出来上がり作品を見たら、自分でもとても嬉しくなりました。



【春の交流会 グラウンドゴルフ大会】 3/9 (土) 9：30～ 参加者32名

子どもの部	大人の部
優勝 山根佳奈51	優勝 原 宏 41
2位 藻塩悠花 53	2位 清水貢 42
3位 北田華穂 57	3位 本田正敏 44
3位 藻塩和真 57 (-2)	3位 江島耕治 44
3位 直木莉穂 57 (-2)	3位 大岡隆志 44

大人も子どもも3位争いがすごい！！



グラウンドゴルフ同好会の皆様、おかげさまで今年も楽しい交流会が出来ました。ご協力ありがとうございました。

【せいけい介護予防教室のご案内】

★ 介護保険制度について ★

－ 介護保険ってどんな保険？－

日時 4月16日 (火)

10：00～11：30

講師 竹原市在宅支援センターせいけい職員

場所 忠海地域交流センター1階ホール



どなたでも参加出来ます。皆様のお越しをお待ちしています

【特別清掃のご協力に感謝いたします】

2/10 パン教室マスタークラス

2/22 フラワーアレンジメント

3/8 煎茶



館内清掃にご協力頂き、誠にありがとうございます。お陰様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

定期講座	No.	講座名	曜日	時間	講師	内容、目的
	1	大正琴	第1.3月	13:30~	宝田 陽子	指先をきたえて脳を活性化する
	2	健康ヨガ	第2.4月	15:00~	上田 里恵	ポーズ,呼吸法,瞑想を行い、心と身体の安定
	3	にこにこ体操 (第3月は午前)	毎週月	13:30~	上田 里恵	笑顔で楽しく心身ともに健康づくり
	4	和太鼓エクササイズ	第4火	10:00~	中野 歩	体力の向上、肩こり防止、頭の体操
	5	掛場獅子舞	第1.3火	19:00~	宮本 裕也	地域に伝わる伝統芸能の継承
	6	楽しく歌と脳トレ!	第2火	10:00~	清本 美穂	楽しく集い、歌って心豊かな生きがいづくり
	7	忠海美術愛好会	第2.4火	14:00~	垣之内 千広	日本画,水彩画,油彩画を楽しみながら描く
	8	生命の貯蓄体操	毎週水	9:30~	田畑 露子	丹田呼吸法と共に行う気血の導引術
	9	男性3B体操	第1.3水	10:00~	永福 まどか	ストレッチ・柔軟体操で健康維持
	10	実践英会話	第1水	10:00~	山本 智美	キクタンを使ってヒアリング力の向上
	11	クラフトバンド	第2.4木	9:30~	泉原 享子	バックや小物、アクセサリーなどの制作
	12	フラダンス	第1.3木	10:00~	坂口 貞子	明るく楽しくをモットーに踊る全身運動
	13	フラワーアレンジメント	第3金	10:00~	加藤 加奈恵	個性をいかして花をデザインする
	14	パン教室マスタークラス	第2土	9:30~	中岡 美津子	レベルアップのレシピを2時間で仕上げる
	15	パン教室基礎クラス	第3土	9:30~	中岡 美津子	失敗を恐れない。2時間で仕上げるを目標に
	16	歌おう会	第2.4土	13:00~	岡田 則男	声の運動で健康に…そして楽しい生活を
	17	子ども習字	第2.4土	15:15~	木谷 礼子	2年生以下は、保護者付き添いで
18	子ども茶道教室	第3土	9:10~	西原 陽子	お点前ができるようにを目標に…	
19	太極拳	毎週月	9:30~	(代表)白石 君枝	音楽に合わせて体と脳のリフレッシュ	
20	そば打ち体験	第1.3火	9:30~	生田 裕	初心者歓迎。皆で楽しく作りましょう	
21	空手	毎週火.土	17:30~	辻 幸雄	技を磨き礼節を重んじる	
22	ヴォーカル夢	第2.4水	9:30~	(代表)出雲泰枝子	美しい声は、発声練習から	
23	詩吟	第2.4水	13:30~	宮本 克子	腹式呼吸にて漢詩を読む	
24	シャインフレール	第1.3水	9:30~	(代表)堀井明美	ピアノカでアンサンブルを楽しむ	
25	ピンポン同好会	第2.4木	14:00~	(代表)河本孝司	楽しく,体力と思考力の維持増強	
26	囲碁	毎週木	13:00~	(代表)森田 覇	頭を使って若々しく、楽しく	
27	ダンス	第3木	13:30~		ワルツを優雅に踊れるようレッスン	
28	煎茶	第2金	9:30~	煙草谷 光子	静かな空間で心の癒しを	
29	お蕎麦同好会	第2金	9:30~	(代表)中岡美津子	楽しく美味しい蕎麦うちを	
30	混声コーラス	毎週金	19:30~	堀井 明美	ハーモニーを楽しみ、ストレス解消	
31	卓球クラブ	毎週土	13:30~	碓井 洋介	試合中心にゲームを楽しむ	
32	グランドゴルフ	毎週木.土	8:00~	(代表)濱咲 和彦	健康増進。体力、知力を養う	

*教室、同好会の会員の方がそのまま継続される場合は、代表者は名簿を提出してください。

*教室、同好会は、どなたでも入・退会できます。気軽にお電話ください。

----- キ リ ト リ 線 -----

申込者お名前(ふりがな)	性 別	受講希望の講座名
住 所	年 齢	
		電話番号