

3月号

忠海東地域交流センターだより

令和7年3月1日発行
忠海東地域交流センター
TEL・FAX 26-0353

健康ウォーク in 三原 ご案内

今回のウォーキングは近くてもなかなか散策できない「三原市」です。駅裏方面をボランティアガイドさんの説明を聞きながらゆっくり歩きます。友人や家族での参加OKです。

＊日時 令和7年 3月24日(月) 8:45～13:30(雨天決行)

＊助成 忠海第一地区社会福祉協議会

＊日程 8:45 忠海駅にて受付開始

9:02 発 三原行乗車

9:24 着 三原下車

13:08 三原発乗車

13:31 忠海着 閉会、解散

＊準備物 動きやすい服装と履物、帽子、タオル、水筒

＊参加費 1,500円(電車代、昼食、保険、ガイド料含む)

＊定員 20人

＊申込み 3/12(水)までに申込書に記入し、代金を添えて

忠海東地域交流センター(26-0353)へ申し込んで下さい



健康づくりと交流
を深めましょう!

子育て支援事業 ウクレレコンサート

日頃の疲れをウクレレの音色で癒されませんか
頑張っている自分にココロを潤す癒しの時間をどうぞ

日時: 3月14日(金) 19:00～20:00

18:45 受付開始

場所: 忠海東地域交流センター 2F 集会室

講師: カワムラ (ウクレレ教室 講師)

参加費: 200円

当日持参か申込書と一緒にセンターへ持参下さい

締切: 3/11(火)までに忠海東地域交流センターへ

駐車場: センター前、軽自動車7台あります

お車で来館の方はご連絡ください

連絡先: 忠海東地域交流センター

TEL・FAX 26-0353

メールアドレス: tadahigashi-k@tanet.ne.jp

※忠海学園の皆さんへは案内状を配布します

※地域の方も参加も可能です(当日受付可)

京都府城陽市視察来館報告 2/2(日) 参加者18人
京都府城陽市の青谷コミュニティセンターから8人の皆様が視察に来館されました。お互いのセンターの現状と課題などの意見を交換し交流しました。
改めて地域のつながりの大切さを感じられた有意義な会でした。



健康ウォーク 参加申込書

参加費1人1,500円

〆切 3月12日(水)

名前 (男・女) 年齢 (才) 住所 TEL

名前 (男・女) 年齢 (才) 住所 TEL

2025年3月教室&同好会・地域行事等 活動日程

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	なごみカフェ 10:00~ ピンポン 13:30~	ウクレレ 10:00~ 民舞 14:00~	英会話 9:30~ <u>クラフト講座②</u> 13:30~	しあわせはつらつ体操 10:00~ シニア健康3B 13:30~	太極拳 9:00~ 実用書道 9:30~	
9	10	11	12	13	14	15
	ほのほの農園 9:30~ ピンポン 13:30~	三味線 10:00~ うたごえ 13:30~	簡化太極拳 14:00~ <u>運営協力委員会</u> 16:30~	編物仲間 9:30~ しあわせはつらつ体操 10:00~ シニア健康3B 13:30~ 初心者パソコン 13:30~	生花 10:00~ サロンあじかた 10:00~ IT活用 13:30~ <u>ウクレレコンサート</u> 19:00~	サロンあじかた ランチ 10:00~
16	17	18	19	20	21	22
	ピンポン 13:30~	ウクレレ 10:00~ 民舞 14:00~	英会話 9:30~ しおまねき 13:30~ <u>クラフト講座③</u> 13:30~	春分の日	太極拳 9:00~ パン作り 9:30~ IT活用 13:30~	
23	24	25	26	27	28	29
	<u>町内健康ウォーク</u> 8:45~ ピンポン 13:30~	三味線 10:00~ うたごえ 13:30~	簡化太極拳 14:00~	編物仲間 9:30~ しあわせはつらつ体操 10:00~ シニア健康3B 13:30~ 初心者パソコン 13:30~	実用書道 9:30~ 生花 10:00~	
30	31	～4月の予定～ 4/18(木)運営協力委員会 4/26(金)開講式(予定)				
	ほのほの農園 9:30~					

※生協ひろしま配達日
毎週金曜日 11:30 頃

～お知らせ～
4月号センターだよりで令和7年度の受講生を募集します

ママのリフレッシュ講座②の報告

2/14(金) 参加者8人
竹原市の栄養士さんによる更年期の食生活について学びました。



ママのリフレッシュ講座③の報告

2/21(金) 参加者8人
最終回は、講義の内容を生かした調理実習を行いました。試食タイムでは質問や会話もはずみ気づいたら終了時間が迫っていました。3回を通してとても楽しく色々な事を学べた講座となりました。



運営委員会の報告 2/2(日)

- 【議題】 参加者 10人
1. 11月～1月の活動報告
 2. 1～3月の活動予定
 3. 健康ウォークについて
 4. 職員の継続について
 5. 次年度委員の依頼
 6. その他

代表者会議の報告 2/17(月) 参加者23人

- 【議題】
1. 提出物について→成果と課題(教室のみ) 〆切 3/28(金)
 2. 次年度会員募集について→名簿、活動計画 〆切 4/4(金)
 3. 令和6年度開講式日程について
 4. なごみカフェ、健康ウォークのお知らせ
 5. その他