

# 竹原西地域交流センターだより

TEL / FAX 0846-22-8504

E-mail: takenishi-k@tanet.ne.jp

5月26日中通地域交流センターと卓球の交流大会を開催しました。



5月27日世話人会を開催、終了後、避難訓練、AED確認、消火訓練を行いました。



5月15日（金）3B体操を行いました。  
ベルとベルターの道具を使ってのびのびの体験  
をしました。  
音楽に合わせて楽しく身体を動かしま  
した。



## 「ひろしまGENKI体操」 生徒募集

トレーナー 生協ひろしま 井上先生 毎週第4金曜日 10:00~11:00 無料（できれば上靴持参）

脳トレ・骨トレ・ズンドコダンス  
（最後ダンス以外は椅子に座って  
します。）免疫力アップ・認知力  
アップのための体操です。体験大  
歓迎です、是非参加してください



# 6月の教室・同好会・地域行事予定

| 日  | 月   | 火  | 水   | 木  | 金   | 土                |
|----|---|--|---|--|---|------------------|
|    | 1<br>生花 9:30<br>ペーパークラフト 9:30<br>卓球 13:00 | 2<br>いきいき 9:30<br>からだのセルフケア 9:30<br>クラブGT 18:00                            | 3<br>水彩画 9:30<br>パソコン 9:30<br>囲碁 13:00<br>将棋 13:00<br>手話サークル 18:30              | 4<br>健康マージャン 9:00<br>カラオケ(木) 13:30   | 5<br>いきいき 9:30<br>卓球 13:00<br>塩浜自治会<br>広報仕分け 18:00<br>空手スポ少年団 18:00 | 6                |
| 7  | 8<br>コーラスさくら 9:30<br>卓球 13:00             | 9<br>いきいき 9:30<br>からだのセルフケア 9:30<br>書道 13:30<br>クラブGT 18:00<br>英語教室 18:15  | 10<br>囲碁 13:00<br>将棋 13:00<br>ソーシャル 13:30<br>手話サークル 18:30                       | 11<br>健康マージャン 9:00<br>らびっとクラブ 10:00<br>歌声クラブ 13:30<br>竹箏会 13:30<br>太鼓伝承会 18:00 | 12<br>いきいき 9:30<br>卓球 13:00<br>空手スポ少年団 18:00                        | 13<br>カラオケ 13:30 |
| 14 | 15<br>生花 9:30<br>料理教室 10:00<br>卓球 13:00   | 16<br>いきいき 9:30<br>からだのセルフケア 9:30<br>歌声クラブ 9:30<br>クラブGT 18:00             | 17<br>水彩画 9:30<br>パソコン 9:30<br>囲碁 13:00<br>将棋 13:00<br>写真 13:30<br>手話サークル 18:30 | 18<br>健康マージャン 9:00<br>カラオケ(木) 13:30<br>竹高同窓会 19:00                             | 19<br>いきいき 9:30<br>卓球 13:00<br>空手スポ少年団 18:00                        | 20               |
| 21 | 22<br>コーラスさくら 9:30<br>卓球 13:00            | 23<br>いきいき 9:30<br>からだのセルフケア 9:30<br>書道 13:30<br>クラブGT 18:00<br>英語教室 18:15 | 24<br>ペーパークラフト 9:30<br>囲碁 13:00<br>将棋 13:00<br>ソーシャル 13:30<br>手話サークル 18:30      | 25<br>健康マージャン 9:00<br>手打ちそば 9:30<br>らびっとクラブ 10:00<br>竹箏会 13:30                 | 26<br>GENKI体操 9:30<br>卓球 13:00<br>空手スポ少年団 18:00                     | 27<br>カラオケ 13:30 |
| 28 | 29<br>民生委員 10:00<br>卓球 13:00              | 30 (満月)<br>いきいき 9:30<br>からだのセルフケア 9:30<br>クラブGT 18:00                      | 7/1<br>水彩画 9:30<br>パソコン 9:30<br>囲碁 13:00<br>将棋 13:00<br>手話サークル 18:30            | 2<br>健康マージャン 9:00<br>カラオケ(木) 13:30   | 3<br>いきいき 9:30<br>卓球 13:00<br>空手スポ少年団 18:00                         | 4                |
| 5  | 6<br>生花 9:30<br>卓球 13:00                  | 7<br>いきいき 9:30<br>からだのセルフケア 9:30<br>クラブGT 18:00                            |   |  |   |                  |

毎週金曜日の「卓球」が13時00分開始に変更になっています。

お休みされるときは事務所までご連絡ください。