



本郷生涯学習センターだより

NO.218 (令和5年12月1日発行)



令和6年度の団体登録のお知らせ

令和6年度、本郷生涯学習センターを定期的に利用される団体（継続・新規）は、団体登録が必要です。

つぎの申請書類に必要事項を記入して提出して下さい。

<申請書類>

1. 生涯学習施設 団体登録利用申請書
2. 団体登録カード
3. 団体の会則（運営組織・活動内容・会費等について定めた会則）
4. 本郷生涯学習センター使用料減免申請書（使用料の免除に必要）
5. 本郷生涯学習センター利用申請書（1年分の利用申請書）

※申請書類の様式は、12月中旬から本郷生涯学習センターの事務室で配布します。

※申請書類の提出期限は、1月下旬です。



単発講座ご案内

大人がたのしむヒップホップダンス

日時：12月13日(水) 10:00~11:30

場所：本郷生涯学習センター
(2階 研修室5・6・7)

講師：原田 恵理さん

対象：大人

定員：15名(申込先着順)

受講料：200円

持参品：体操のできる服装・汗拭きタオル・
飲み物(水分補給)

申込期間：12月5日(火)~12月12日(火)

内容：音楽に合わせてヒップホップダンス(大人向けのメニュー)を行い、身体と心(楽しい)にアプローチする。家に帰っても思い出しながらダンスが出来れば最高です。



本郷図書館からのお知らせ

「職員のおはなし会」

日時：12月24日(日) 10時15分~

場所：本郷図書館内

内容：職員がクリスマスの本などをおはなしします！



「2023 クリスマスプレゼント会」

日時：12月24日(日) 11時~

場所：本郷図書館内

内容：雑誌の付録などを、一人1点プレゼント♪無くなり次第終了です。

※ 図書館の年末年始のお休みは
12月28日(木)~1月4日(木)です。

三原市立本郷図書館 85-0703

休館日のお知らせ：12月28日~1月4日は、本郷生涯学習センターは休館です。



主催講座・自主講座のご案内

令和5年12月の主催講座・自主講座



日	曜	講 座	日	曜	講 座
1	金	ボールペン文字基本講座(主) リコーダー ホームベーカリー 市民大学カラオケ	15	金	ボールペン文字基本講座(主) ローズパン リコーダー 押し花で飾ろう 市民大学カラオケ
2	土	レイフラワー本郷 原爆被害者の会 大人と子どものアート教室	16	土	小物を彩る消しゴムはんこ(主) なでしこクック レイフラワー本郷 沼田文化研究会
3	日	らくらくインターネット	17	日	三原盆栽会
4	月	スマホ講座(아이폰) (主) ペン字 手話 イングリッシュ レッスン(主) わくわく PC クラフト 踊ろう会 手話 カラオケ MC	18	月	スマホ講座(아이폰) (主) イングリッシュ レッスン(主) 都絵手紙 わくわくパソコン
5	火	むくげの会 市民大学パソコン 本郷太鼓 A VMC PC-A オカリナフレンズ 本郷絵画 カトレア教室 ゆめふうせん 本郷ダンス	19	火	むくげの会 市民大学パソコン 本郷太鼓 A VMC PC-A オカリナフレンズ 本郷絵画 カトレア教室 ゆめふうせん 本郷ダンス
6	水	ロコモ体操で今日も元気(主) 茶道(裏) 筆文字講座 実用 PC IT さくら 市民大学料理 フォークダンスひまわり会	20	水	ロコモ体操で今日も元気(主) 茶道(裏) 筆文字講座 実用 PC IT さくら 市民大学料理 フォークダンスひまわり会
7	木	心スッキリ和太鼓叩こう(主) 囲碁同好会 スマホ講座(アンドロイド) (主) 沼田川焼物 エアロリズム体操 パンベージュ 書道	21	木	心スッキリ和太鼓叩こう(主) 囲碁同好会 スマホ講座(アンドロイド) (主) 書道 IT さわやか エアロリズム体操 基礎からの書道
8	金	筋力アップで足腰元気(主) 沼田川焼物 IT きらら アートフラワー コーラスほほえみ	22	金	筋力アップで足腰元気(主) ベーキングクラブ IT きらら アートフラワー コーラスほほえみ
9	土	囲碁クラブ 花みずき PC シニア かな書道	23	土	囲碁クラブ 花みずき PC シニア かな書道
10	日		24	日	
11	月	笑顔あふれる臨床美術を学ぼう(主) クラフト同好会 都絵手紙 ハワイアンキルト IT あじさい アンパンマン ピース太極拳	25	月	ピース太極拳 IT あじさい
12	火	いきいきヨガ やさしくストレッチ 3B 体操 ボジーガ新高 本郷太鼓 B 楽しく韓国語 フラワーアレンジメント 本郷陶芸 英会話	26	火	いきいきヨガ やさしくストレッチ 3B 体操 ボジーガ新高 本郷太鼓 B 楽しく韓国語 フラワーアレンジメント 旅するシンプル英会話
13	水	Enjoy English あひるの会 PC-B 歌って健やか講座 本郷陶芸	27	水	Enjoy English あひるの会 PC-B 歌って健やか講座
14	木	日常のパソコン活用講座(主) アガペーダンス 基礎からの書道 IT さわやか だんすの会 たのしむ絵画	28	木	} 休館日(12月28日~1月4日)
			29	金	
			30	土	
			31	日	

(主)主催講座



令和5年12月の催し物

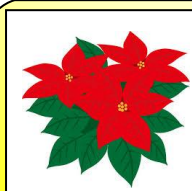


月 日	曜	開始時間	催し物	主催者	会場
12月 2日	土	10時	世界人権宣言75周年記念 広島集会	世界人権宣言の実現を 求める広島県実行委員会	にいたかホール
12月 3日	日	13時30分	和太鼓 奏打コンサート2023	和奏ユニット 奏打	にいたかホール
12月13日	水	10時	大人がたのしむ ヒップホップダンス	本郷生涯学習センター 単発講座(体験)	研修室(5)(6)(7)
12月17日	日	11時	ピアノ発表会	リトルピアノの会	にいたかホール
12月24日	日	13時	音楽発表会	ル・リアン	にいたかホール



問い合わせ先: 本郷生涯学習センター TEL 0848-85-0701 生涯学習相談員 角島・福居





本郷コミセンだより

令和5年
12月1日
発行 No.224

第20回 ほんごう芸能フェスティバルの開催について

当コミセン運営委員会では、この度、「ほんごう芸能フェスティバル」を令和6年2月4日（日）に開催することを決定しました。

新型コロナウイルス感染症は、徐々に不安感が払拭されてきましたが、まだ「ワクチン接種」が続いており、「ワクチン接種」の言葉を聞くと完全に喜べない状況です。今暫く「ウィズ・コロナ」の生活を余儀なくされます。

このような状況下で、当フェスティバルの開催にあたりましては、昨年度同様、規模を縮小して開催することとしました。

よって、当フェスティバルへの参加は、従前は一般申込みを含めた募集としておりましたが、今年度は当コミセン登録団体を中心とした募集で準備を進めております。

来年2月の開催を楽しみにお待ちしております。



《 令和6年度団体登録手続きについて 》

令和6年度本郷コミュニティセンターの登録団体として活動するための「団体登録利用申請手続き」の時期となりました。

各同好会の代表者の方は、所定の書類（「団体登録利用申請書」等）に、ご記入の上、つぎの期間内に提出をして下さい。

なお、各登録団体のみなさんには、団体活動が一層充実するように、また一人でも多くの方が参加できるように、生涯学習の推進活動をお願いします。



提出期間：令和6年1月5日（金）～ 31日（水）

提出書類：団体登録利用申請書・団体登録カード・会則・本郷生涯学習センター利用申請書・コミュニティセンター使用料減免申請書

提出先：本郷コミュニティセンター-相談員 上神 (TEL85-0701)

コミセン事業 《第43回 本郷コミセングラウンド・ゴルフ大会 実施レポート》

去る11月5日(日)秋晴れの下、本郷コミセングラウンド・ゴルフ大会を、本郷総合公園(多目的グラウンド)で、「三原市グラウンドゴルフ協会」のみなさんのご支援をいただき実施することができました。

お互いに声を掛け合いながら、元気よくグラウンドを動き回り、プレーをしている姿を楽しく拝見しました。成績結果は、次のとおりです。

- [競技者数] 50名 ホールインワン20人(延べ26回)
 [順位] 優勝 夏田タカコさん 準優勝 本多紀人さん
 3位 河内尊則さん 4位 古本真治さん
 5位 三好政良さん 6位 戸石川博さん
 7位 木村典司さん 8位 森脇勝久さん
 9位 上西哲雄さん 10位 原 春樹さん
 BB賞 松井千恵子さん



《 支所別館 1階の利用について 》

支所別館1階は、今年も次の期間が確定申告の会場となります。各同好会の代表者の方は、同好会活動に支障が無いように、早めに活動場所の確保をお願いします。

みなさんには、ご不自由をおかけしますがご協力をお願いします。

[使用できない期間] 令和6年 2月15日(木) ~ 3月15日(水)

[使用できない場所] 三原市役所 本郷支所別館 1階

(2階の利用は可能です。)

[対象登録団体] 本郷支所別館1階で活動する登録団体



12月(師走)予定

☎学習センター (主)主催講座

日	曜	支所別館・学習センター	日	曜	支所別館・学習センター
1	金	ラビアンローズ 手書きで楽しむ書 和紙ちぎり絵☎	17	日	
2	土	にこにこハーモニカ ラウレア本郷 ドラム同好会☎	18	月	さくらんぼ 名水踊ろう会
3	日		19	火	仲良しピンポン いきいき会 刺し子教室☎
4	月	さくらんぼ 女性会	20	水	スポーツ吹矢 スポーツマージャン
5	火	仲良しピンポン いきいき会 ココトレ3B体操	21	木	仲良しピンポン オカリナ 民謡友の会 エンジョイ体操 パッチワークキルト☎
6	水	スポーツマージャン 野の花を楽しむ会	22	金	手書きで楽しむ書 大人のスポーツ塾(主)
7	木	仲良しピンポン オカリナ 民謡友の会 エンジョイ体操	23	土	ラプリー本郷 寿会カラオケ
8	金	ラビアンローズ 大人のスポーツ塾(主)	24	日	
9	土	ラプリー本郷 寿会カラオケ	25	月	本郷気功同好会☎ 三味線でチン・トン・シャン(主)
10	日		26	火	仲良しピンポン いきいき会 本郷ダンスクラブ ココトレ3B体操
11	月	さくらんぼ 本郷気功同好会☎	27	水	フレッシュ親子3B 水墨教室 ミュージック・JAM えんぴつスケッチ☎
12	火	仲良しピンポン いきいき会 本郷ダンスクラブ	28	木	休館日(12/28~1/4)
13	水	スポーツ吹矢 水墨教室 フレッシュ親子3B 楽々肘筋くらぶ えんぴつスケッチ☎	29	金	
14	木	仲良しピンポン 民謡友の会 邦楽さざなみ エンジョイ体操	30	土	
15	金	ラビアンローズ 三矢だるま会 ウクレレにチャレンジ(主)	31	日	
16	土	にこにこハーモニカ ラウレア本郷 ドラム同好会☎			

編集後記 本郷コミュニティセンター生涯学習相談員 上神公二 お問い合わせ・ご相談は 85-0701 まで
 今年は季節感が乏しい1年間でしたが、いよいよ師走を迎えました。1年の締めくくりです。インフルエンザ・コロナがおとなしくしていれば安心して過ごせますね。 「冬晴や できばえのよき 雲ひとつ」(岡田 史乃)



船木コミセンだより

令和5年12月1日
218号
船木コミュニティセンター

船木コミセン地域事業

フラワーアレンジメントを楽しむ

～ お正月バージョン ～

始めての方、大歓迎！
お正月用のお花を活けて新しい年を迎えましょう！！



イメージ

日 時	令和5年12月25日(月) 10:00～12:00
場 所	船木コミセン 調理実習室
定 員	10人
材料代	2,500円
持参物	ハサミ
申込期限	12月15日(金)まで
申込み先	船木コミセン 電話 86-6731

盛大に行われた船木コミセンまつり

11月12日(日), 第7回船木コミセンまつりが行われました。コミセン利用の団体, 地域で活動されている団体の総勢280名による舞台発表・展示発表, 展示即売。日頃の成果を存分に発揮され, 来場された方全員を対象に行われた2回の大抽選会で大盛り上がりでのコミセンまつりとなりました。



舞台発表



作品展示



12月利用(行事)予定



日	曜日	利用(行事)予定	日	曜日	利用(行事)予定
1	金	沼田川FC(卓球), 椅子に座って健康体操	16	土	三原JBC, 本郷クラブ
2	土	三原JBC, 本郷クラブ	17	日	極真会館
3	日	神辺旭高校剣道部	18	月	ファンキーズ, 沼田川FC(ミニテニス), QTクラブ こころ音の会, 百花, インテグラルヨーガ
4	月	ファンキーズ, 沼田川FC(ミニテニス), QTクラブ こころ音の会, 百花, インテグラルヨーガ	19	火	チョット卓球, 本郷ダンスクラブ(舞), 船木卓球クラブ 沼田川グループ
5	火	チョット卓球, 本郷ダンスクラブ(舞), 船木卓球クラブ	20	水	茶道グループ, 新さなえ会, スポーツ推進委員研修会
6	水	パトススタジオ, 本郷パドミントンクラブ, 水曜会 スマイル・ヨガ, 新さなえ会, 茶道グループ	21	木	主催講座「軽やかダンスエクササイズ」 ひまわり, 三原JBC, もみじ会, 百花, スマイルヨガ 沼田川FC(パドミントン・ニュースポーツ), 子ども教室
7	木	主催講座「軽やかダンスエクササイズ」 ひまわり, 三原JBC, もみじ会, 百花 沼田川FC(パドミントン・ニュースポーツ), 子ども教室	22	金	主催講座「いろんなパッチワーク講座」 沼田川FC(卓球)
8	金	沼田川FC(卓球)	23	土	三原JBC, 本郷クラブ, こくう新体操クラブ
9	土	PHXジュニアバレー, 三原JBC, 本郷クラブ 本郷中学校陸上部	24	日	クリスマスイブ 
10	日	本郷中学校陸上部, 三原社交ダンス同好会	25	月	クリスマス 体験講座「フラワーアレンジメント～お正月～」 ファンキーズ, QTクラブ
11	月	ファンキーズ, 沼田川FC(ミニテニス), QTクラブ, 百花	26	火	チョット卓球, 本郷ダンスクラブ(舞), 船木卓球クラブ
12	火	チョット卓球, 本郷ダンスクラブ(舞), 船木卓球クラブ	27	水	パトススタジオ, 本郷パドミントンクラブ, 水曜会 すっきり体操
13	水	パトススタジオ, 本郷パドミントンクラブ, 水曜会 すっきり体操, アガペーダンスサークル	28	木	} 休館日 今年一年ありがとうございました。 来年もよろしくお願いいたします。 
14	木	ひまわり, 三原JBC, もみじ会, 百花 沼田川FC(パドミントン・ニュースポーツ), 子ども教室 メ・ケ・アロハ・ハウオリ	29	金	
15	金	沼田川FC(卓球), クラフトパド	30	土	
		ご利用申し込みは早めをお願いします。	31	日	

お問い合わせ・ご相談は船木コミュニティセンター

TEL 86-6731 FAX 86-6730

生涯学習相談員 垣井・東

北方コミセンだより

12月

No. 224

北方コミュニティセンター
〒729-0415
三原市本郷町上北方
1023番地1

令和5年12月1日



Web版はこちら

回覧



【報告】北方コミセン・北方地区社協共催 区民視察研修

11月4日(土)に区民視察研修が開催されました。64名にご参加いただき、奥出雲たたらと刀剣館や足立美術館をめぐり、知識の向上や住民同士のコミュニケーションを一層活性化することができました。



1号車の皆様

2号車の皆様

【報告】にこにこ笑顔で筋トレ教室開催(単発講座)

10月23日(月)に16名で、にこにこ笑顔で筋トレ教室を開催しました。普段動かす事のない筋肉を刺激することで大変そうでしたが終了時には皆さんスッキリされていました。お疲れ様でした。



講座の様子

【地域】第3回きたがたマルシェ&ウォーキング大会開催

10月28日(土)に北方では地元団体(北方未来)が主催で「第3回きたがたマルシェ&ウォーキング大会」が開催されました。今回は市の内外から合わせて550名の参加と、多くの人で賑わいました。飲食ブースや地元の野菜販売、広島みはらプリンなどの販売をはじめ、秋の北方を歩く「ゆっくりウォー

キング」なども好評でした。今回は初の試みとしてイベントステージが設けられました。ステージでダンスを元気に踊る子ども達に惜しめない拍手が贈られました。



裏面につづく

[開催] 第13回 北方区民ビーチボールバレー大会

大会の応援参加(申込み不要)も大歓迎です。
皆様のご来場をお待ちしております。

日時/12月10日(日) 9:30~12:00
場所/北方コミセン 大ホール
対象者/北方在住の中学生以上
参加費/無料(申込みが必要)
締切日/12月1日(金)
申込先/北方コミセン ☎ 86-6237



[招待] 地域の子どものためのクリスマス会

北方地区青少年
育成イベント

日時/12月14日(木)15:00~17:30
場所/北方コミセン
対象者/北方在住の本郷西小学校児童と未就学児
参加費/無料(申込みが必要)
締切日/12月8日(金)
申込先/北方コミセン ☎ 86-6237

ちいきの人がみんなに
えがおをとどけるために
クリスマス会をけいかくしました。

子どもたちへ
ハッピーな
クリスマス会に
さんかしませんか?



素敵なプレゼントがあります。
昨年は、15名の子どもたちと一緒にホットケーキなどを作り楽しく過ごしました。
詳しくは別紙回覧を確認の上、ぜひご参加下さい。

[周知] 作品などはインターネットでも鑑賞できます

作った作品などを観たいけど
普段来る機会が中々ない、遠
い親戚にみせてあげたいとい
う事はありませんか?北方コミ
センでは過去の作品を含め、講

座などで作成した作品をスマ
ホやPCから鑑賞できます。立
体作品などは360度の角度か
ら自由に眺めることができま
す。

北方コミセン・Webギャラリー

<https://is.gd/ccgallery>

[予定] 12月の行事



最新情報は

こちらから⇒



日	曜日	利用団体又は行事名	日	曜日	利用団体又は行事名
1	金	なしわ陶芸, ほんごうきずな, 絵手紙らんど, ニコニコ筋トレ, バトン同好会, 北方未来	16	土	PHXジュニア, フェニックス
2	土	PHXジュニア, フェニックス	17	日	太極拳A
3	日	サロンリッقه	18	月	北方卓球クラブ
4	月	卓球クラブ, 田中	19	火	ハワイアンキルト&手芸, (主)スッキリ体操, 100歳体操, 詩舞同好会, めいきゅうクラブ
5	火	100歳体操の会, 詩舞同好会, めいきゅうクラブ	20	水	(主)スマホ活用講座, 和楽日, 北方太極拳
6	水	和楽日, 北方太極拳	21	木	(主)茶道教室, ラッキーズ, BKS
7	木	ラッキーズ, BKS, 北方ヨガ	22	金	ほんごうきずな, ニコニコ筋トレ, バトン同好会
8	金	ほんごうきずな, ニコニコ筋トレ, バトン同好会	23	土	ラウレア, PHXジュニア, フェニックス
9	土	ラウレア, PHXジュニア, フェニックス	24	日	三原クラブ, フレンズ
10	日	北方区民球技大会, フレンズ, 詩吟同好会	25	月	北方足もみの会, 卓球クラブ
11	月	3B体操, 卓球クラブ	26	火	北方フォークダンス, 100歳体操, めいきゅうクラブ
12	火	北方フォークダンス, 100歳体操, 詩舞同好会, めいきゅうクラブ	27	水	北方太極拳
13	水	和楽日, 北方太極拳	28	木	休館日 12/28(木)~1/4(木)
14	木	北方栄養学級, ラッキーズ, BKS, クリスマス会	29	金	
15	金	ほんごうきずな, 絵手紙らんど, ニコニコ筋トレ, バトン同好会	30	土	
			31	日	

(主)三原市主催講座

生涯学習のご相談は、北方コミュニティセンター生涯学習相談員 加村・安広まで ☎0848-86-6237



南方コミセンだより

第 294 号

令和 5年 12月 1日
南方コミュニティセンター
TEL 0848-86-4858

《体験講座のご案内》

華やぐ生け花

日時 **12月27日(水)** 10:00~11:30

場所 南方コミセン 第一研修室

参加費 2,950円(受講料込み) 定員 10名

持参物 花バサミ 新聞紙 持ち帰り用の袋

申し込み期限 12月20日(水)

申し込み先 南方コミセン ☎ 0848-86-4858

新春の玄関や床の間を

華やかに彩りましょう!



蝶の写真展開催

11月1日(水)から約一か月間、ロビー展示場にて写真家中本満康氏の「可愛い蝶々の写真展」を開催しました。

中本氏の撮り貯めた数ある作品の中より、三原近郊の蝶や蜻蛉の写真35点を展示しました。



消防訓練・AED講習

10月16日(月)消防訓練とAED取り扱い講習を実施しました。「火災になったら、まず消火!そして119通報!」火災にならないように気をつけましょう。



ビオラ苗の植え付け

11月2日(木)来年の春に向けてフラワーズクラブさんに協力してもらい、ビオラの花の苗を植え付けました。



第3回南方クリーンキャンペーン

11月5日(日)今年3回目の南方クリーンキャンペーンが行われ、40名以上の方が参加されました。小学校の通学路もスッキリきれいになりました。参加して頂きました皆様お疲れさまでした。



裏面に続く



～季節ごよみ～ 「冬至」(とうじ)



今年は12月22日(金)が冬至にあたります。一年で最も日の短い冬至は一陽来復(いちようらいふく)とも呼ばれ、翌日から日が長くなりはじめることから陰が転じて陽が生まれる日と考えられ、この日を境に運気が上昇すると信じられていました。

冬至の日に柚子湯に入るのは有名ですが、もともとは江戸時代の銭湯で一陽来復の運を祝う前に厄払いする禊(みそぎ)として始まったという説が一般的です。冬が旬の柚子は、香りも強く邪気を払うという俗信がありました。また、柚子の実実るまでの期間が長いので、「長年の苦勞が実りますように」との願いも込められていたということです。



令和5年12月の利用予定



日	曜	利用団体又は行事名	日	曜	利用団体又は行事名
1	金	健康体操	15	金	クイーンッキング・健康体操
2	土	こすもす体操	16	土	こすもす体操
3	日		17	日	
4	月	サロンみとしろ・気功の会・マーガレット 南方カラオケ	18	月	サロンみとしろ・気功の会 南方カラオケ
5	火	愛碁会・ニコニコ筋トレ リフレッシュ3B・空手同好会	19	火	愛碁会・そばの花・ニコニコ筋トレ リフレッシュ3B・空手同好会
6	水	心(しん)	20	水	さくらんぼの会 (主)和太鼓叩いて体幹アップ・心(しん)
7	木	長寿会・フラワーズ・百歳体操・D'Z	21	木	(主)フレイル予防・D'Z
8	金	健康体操・絵手紙すみれ会	22	金	健康体操
9	土	キララ・緑と水を守る会	23	土	キララ
10	日		24	日	
11	月	サロンみとしろ・マーガレット・絵手紙	25	月	サロンみとしろ
12	火	愛碁会・ニコニコ筋トレ・やよい会	26	火	愛碁会・ニコニコ筋トレ (主)刺繍で楽しむハンドメイド
13	水	足ツボ講座・クイーンッキング 歌声キャンディー・民謡秀諒会	27	水	(体)華やぐ生け花
14	木	長寿会・ととのえヨガ・百歳体操	28	木	休館日(1月4日まで)
			29	金	↓
			30	土	
			31	日	



← 真っ赤なサルビアの花がみごとに満開に咲き誇りました。



← ロビー前にて南方水族館オープン。水槽の中でカラフルなメダカが泳いでいます。



南方コミセンの利用について、ご意見・ご要望等お気軽にお寄せください。

TEL 0848-86-4858 南方コミュニティセンター

生涯学習相談員 名越・安田