



本郷生涯学習センターだより

NO.225 (令和6年7月1日発行)



生涯学習だより
バックナンバー
QRコード

青少年育成三原市民会議本郷支部 親子ふれあい体験教室参加者募集

申込先 (本郷生涯学習センター内)
青少年育成三原市民会議
本郷支部事務局 ☎85-0701

親子ふれあい教室 (工作教室1 (昆虫づくり))

日時: 7月27日(土) (13:30~15:30)
場所: 本郷生涯学習センター (工芸室)
内容: アルミホイルと針金で加工後に色テープで色付けをして、カブト虫やクワガタムシなどの昆虫を作る。
持参物: ハサミ、飲み物 (水分補給)
対象: 小学生 (低学年は大人同伴)
定員: 10名 (申込先着順)
参加費: 800円 (材料費)
講師: 勝矢 良子 さん
申込期間: 7月8日(月) ~ 7月19日(金)
申込み方法: 申込用紙

親子ふれあい教室 (料理教室)

日時: 8月24日(土) (9:30~12:00)
場所: 本郷生涯学習センター (調理室)
内容: 野菜クイズをしながら「カレールウ」から手作りのカレーを作って食べてみよう!
持参物: エプロン、三角きん、マスク、飲み物 (水分補給)、筆記用具
対象: 小学生 (低学年は大人同伴)
定員: 16名 (申込先着順)
参加費: 800円 (材料費)
講師: 森塚 佳世子 さん
申込期間: 7月8日(月) ~ 8月9日(金)
申込み方法: 申込用紙

今年度は陶芸教室の代わりに料理教室とお菓子づくり教室を実施します。
尚、10月にお菓子づくり教室 11月に工作教室2を予定しています。

本郷図書館からのお知らせ

● 「ぬいぐるみおとまり会」

とき おとまり: 7月21日(日) 13:30~14:30
お迎え: 7月28日(日) 10:00~17:00
内容 おはなし会の後、ぬいぐるみを図書館でおとまりさせてみませんか?
お迎えの日には、ぬいぐるみたちが選んでくれた本を借りて帰ってね!
ミニアルバムもプレゼント♪
定員 先着5家族 1人1体まで
(※要予約 7月6日(土) 10:00~受付)

● 「みんなで遊ぼう! ボードゲーム!!」

とき 7月25日(木) 11:00~12:00
内容 気軽に楽しめるボードゲームを、一緒に遊んでみませんか?
対象 幼児 (保護者同伴) ~
定員 先着順6名

● こんぺいとう 本郷図書館おはなし会

とき 7月25日(木) 10:30~
内容 毎月第4木曜日におはなし会をします。
子どもも大人も大歓迎!
ぜひ来てください。



主催講座・自主講座のご案内

令和6年7月の主催講座・自主講座



日	曜	講 座	日	曜	講 座
1	月	スマホ講座(アイフォン)(主) ペン字 手話 日常英会話(主) わくわくパソコン クラフト	15	月	スマホ講座(アイフォン)(主) 日常英会話(主) わくわくパソコン
2	火	PP バンドで実用小物を作ろう(主) 大人がたのしむヒップホップダンス(主) むくげの会 本郷太鼓 A カトレア教室 VMC PC-A 本郷絵画 市民大学パソコン	16	火	大人がたのしむヒップホップダンス(主) むくげの会 本郷太鼓 A 市民大学パソコン VMC PC-A 本郷絵画 カトレア教室
3	水	筆文字講座 実用 PC IT さくら 茶道(裏) ロコモ体操 フォークダンス 市民大学料理	17	水	筆文字講座 実用 PC IT さくら 茶道(裏) ロコモ体操 フォークダンス 市民大学料理
4	木	心スッキリ和太鼓叩こう(主) パンベージュ スマホ講座(アンドロイド)(主) 囲碁同好会 書道教室 沼田川焼物 エアロとリズム体操	18	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) 書道教室 エアロとリズム体操
5	金	ボールペン文字基本講座(主) 市民大学カラオケ 沼田川焼物 リコーダーきらら ホームベーカリー	19	金	ボールペン文字基本講座(主) 市民大学カラオケ 押し花で飾ろう ローズパン リコーダーきらら
6	土	大人と子どものアート教室 原爆被害者之会	20	土	なでしこクック 消しゴムはんこ 沼田文化研究会
7	日	らくらくインターネット	21	日	らくらくインターネット 三原盆栽会
8	月	ピース太極拳 IT あじさい 都絵手紙 ハワイアンキルト クラフト アンパンマン	22	月	ピース太極拳 IT あじさい 都絵手紙
9	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 たのしくソシアル フラワーアレンジメント 楽しく韓国語 オカリナフレンズ 本郷陶芸	23	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 たのしくソシアル フラワーアレンジメント 旅さろん オカリナフレンズ 楽しく韓国語
10	水	あひるの会 PC-B Enjoy English 歌って健やか講座 本郷陶芸	24	水	あひるの会 PC-B 歌って健やか講座 Enjoy English
11	木	日常のパソコン応用講座(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 たのしく絵画	25	木	日常のパソコン応用講座(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 カラオケ MC
12	金	筋力アップで足腰元気(主) アートフラワー コーラスほほえみ IT きらら	26	金	筋力アップで足腰元気(主) アートフラワー コーラスほほえみ IT きらら ベーキングクラブ
13	土	囲碁クラブ 花みずき PC シニア かな書道	27	土	囲碁クラブ 花みずき PC シニア かな書道 茶道(表)
14	日		28	日	人物を描こう会
			29	月	スマホ講座(アイフォン)(主) 日常英会話(主)
			30	火	
			31	水	

(主)主催講座

三昼夜バケツをひっくり返す雨
二級河川の轟々として ... 淑恵

7月になると西日本豪雨災害の記憶がよみがえります
災害への備えを忘れないようにしましょう!

令和6年7月の催し物

月 日	曜	開始時間	催し物	主催者	会場
7月 7日	日	13時	ピアノ発表会	北方・久保田ピアノ教室	にいたかホール
7月 14日	日	12時	BINGO ロコドルパーティー (いとちん誕生)	SOUND450	多目的ホール
7月 27日	土	13時	ピアノ発表会	中元ピアノ教室	多目的ホール
7月 28日	日	10時	哲滄会 吟士権大会	公認哲滄会	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6年
7月1日
発行 No.231

コミセン事業（科学の広場）《 FMラジオを作って電波をキャッチ 》

電波適正利用推進員協議会の方々の指導のもと、電波について学習した後、今回はFMラジオの製作にチャレンジします。AMラジオとは違う電波をFMラジオでキャッチしてみませんか。

どんな電波がキャッチできるか楽しみです。あなたはどんな電波をキャッチしますか？ ぜひご参加ください。

（募集要項）

日 時：令和6年8月17日（土）10：00～12：00

場 所：本郷生涯学習センター 研修室4

内 容：電波についての学習・FMラジオの製作

募集対象：小学生・保護者（同伴）

募集人数：10組（20名） 参加料：無料

申込期間：令和6年7月8日（月）～8月9日（金）

そ の 他：製作したFMラジオは持って帰れます

申 込 先：本郷コミュニティセンター相談員 上神

（☎85-0701 生涯学習センター内）



コミセン事業 《第44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6月2日（日）に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)で実施しました。

競技の実施に際し熱中症も心配されましたが、当日はさわやかな風がグラウンドに吹き渡り、心地よくプレーされました。また、11月にグラウンドでお会い出来ることを楽しみにお待ちしております。成績結果は、次のとおりです。

〔競技者数〕 49人（10チーム）

〔順 位〕	優 勝	杉森幸子さん	準優勝	上西哲雄さん
	3 位	三好政良さん	4 位	河内尊則さん
	5 位	山元将信さん	6 位	多谷正子さん
	7 位	牧田康則さん	8 位	古本真治さん
	9 位	赤谷尚之さん	10位	坂口義信さん

ホールインワン 23人（延べ 28回）

（最多回数2回 内 武子さん・上西哲雄さん・
本多紀人さん・三好政良さん・山元将信さん）



同好会活動状況

《 コミセン同好会 総高祭に参加!! 》



去る6月8日（土）広島県立総合技術高等学校の文化祭（総高祭）において、今年も学校と地域との交流の一環として同好会の方々の作品を展示する機会をいただきました。

今回は、当コミセンの芸術部門の「水墨教室」「楽しいパッチワークキルト」「和紙ちぎり絵」「刺し子教室」「手書きで楽しむ書」の方々が作品を展示しました。

同好会の方々にとって、日頃制作した作品を地域のみなさん、高校生や保護者に見ていただけたことは、今後の活動の励みとなったことと思います。

この度ご覧いただいたみなさん、と一緒に活動して作品を制作してみませんか。ぜひご参加をお待ちしています。



7月(文月)予定

(事)コミセン事業 (主)主催講座 (単)単発講座

日	曜	利用団体又は行事名	日	曜	利用団体又は行事名
1	月	名水踊ろう会 女性会	17	水	スポーツマーじゃん 水墨教室
2	火		18	木	民踊友の会 オカリナ
3	水	スポーツマーじゃん 水墨教室	19	金	ラビアンローズ ウクレレにチャレンジ(主)
4	木	民踊友の会 パッチワークキルト オカリナ	20	土	にこにこハーモニカ ラウレア本郷 ラブリー本郷
5	金	ラビアンローズ 三矢だるま会 手書きで楽しむ書 和紙ちぎり絵	21	日	
6	土	にこにこハーモニカ ラウレア本郷 ラブリー本郷 ドラム同好会	22	月	本郷気功同好会 三味線でチン・トン・シャン(主)
7	日		23	火	コクトレ3B体操
8	月	本郷気功同好会	24	水	スポーツ吹矢 フレッシュ親子3B ミュジック・JAM いきいき会
9	火	コクトレ3B体操	25	木	邦楽さざなみ
10	水	スポーツ吹矢 フレッシュ親子3B いきいき会 楽々貯筋くらぶ	26	金	手書きで楽しむ書
11	木	チョークアートを楽しもう(主) 邦楽さざなみ	27	土	
12	金		28	日	
13	土		29	月	
14	日		30	火	
15	月	名水踊ろう会	31	水	
16	火	刺し子教室			

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
 年々暑さが増しているように感じます。今年も暑さが厳しくなりそうです。体調に気を付けながら
 生涯学習にいそしみましょう。 「西日さし そこ動かせぬ ものばかり」(波多野 爽波)
 ・「たよりHP」から過去の生涯学習たよりがご覧いただけます。 (たよりHP) →





船木コミセンだより



令和6年7月1日
225号
船木コミュニティセンター



← たよりHP

主催講座「いろんなパッチワーク講座」が始まりました

5月24日(金)、今年で3年目の主催講座「パッチワーク講座」の開講式を行いました。

この講座を楽しみされていた皆さん、最後の1年になりましたが、沢山の作品を作りたいと意欲満々です。



講座名のとおりいろんなパッチワークにチャレンジされ、物づくりの楽しさを満喫されています。



単発講座

ハワイアンコードの スマホ入れ



丈夫で水濡れを気にせず使用可能！

出かける際のマストアイテム！

専用ネットを使うので編み物経験なくても大丈夫！



日 時	令和6年7月30日(火) 13:00~16:00
場 所	船木コミュニティセンター 研修室
定 員	10人
対 象	大人
受 講 料	200円
材 料 代	2,000円 (ショルダー紐は含まれません)
持 参 物	ハサミ
申込期間	令和6年7月5日(金)~19日(金)
申込場所	船木コミュニティセンター ☎ 86-6731

地域事業

~粘土教室~

フェイクスイーツのお菓子ボックス



たい焼き、マカロン、サクランボ、クッキー
きのこの山、チョコミントアイス と盛沢山！

瓶の中にはお菓子やキャンディ、調味料等々
用途は色々！

とっても可愛いお菓子ボックスです

本物そっくりなお菓子を
粘土で作ります



日 時	令和6年8月9日(金) 13:30~15:30
場 所	船木コミュニティセンター 研修室
定 員	12人
対 象	大人・子ども(低学年は保護者同伴)
受 講 料	300円
持 参 物	タオル・水分補給水
申込期間	令和6年7月31日(水)まで
申込場所	船木コミュニティセンター ☎ 86-6731

ふなきふれあい夜市

ご家族そろって夏の一夜をお楽しみください。

日時 8月4日(日)午後6時から8時30分
場所 船木コミセン敷地内

来場者先着300名様無料

かき氷・ジュース・お茶

輪になって踊ろう!!

※子どもには無料ゲーム券(先着200名)を配布。
(1枚ずつ切り離してお使いください)

午後6時 ラムネ早飲み大会(事前申し込みが必要)

午後7時 ビンゴゲーム

◎ 炊き込みご飯・焼きそばの販売もあります。
(なくなり次第終了させていただきます)

7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	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	18	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、子ども教室 沼田川FC(ハト・ミント・ニュースポーツ)、スマイルヨーガ 放課後子ども教室
2	火	チョット卓球、本郷ダンスクラブ(舞)、船木卓球クラブ	19	金	沼田川FC(卓球)、クラフトバンド
3	水	ハトンススタジオ、本郷ハト・ミントクラブ、水曜会 スマイルヨーガ、茶道グループ、新さなえ会	20	土	PHXジュニアバレー、三原JBC
4	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(ハト・ミント・ニュースポーツ)	21	日	本郷町P連
5	金	椅子に座って健康体操 沼田川FC(卓球)、船木の歴史ロマンを語る会	22	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
6	土	PHXジュニアバレー、本郷クラブ、船木バレー	23	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
7	日	PHXジュニアバレー	24	水	ハトンススタジオ、本郷ハト・ミントクラブ、水曜会 すっきり体操
8	月	ファンキーズ、沼田川FC(ミニテニス)、QTクラブ、百花	25	木	ひまわり、三原JBC、もみじ会、百花 沼田川FC(ハト・ミント・ニュースポーツ)、メデアロハハウオリ
9	火	チョット卓球、本郷ダンスクラブ(舞)、船木卓球クラブ	26	金	主催講座「いろんなパッチワーク講座」 沼田川FC(卓球)
10	水	ハトンススタジオ、本郷ハト・ミントクラブ、水曜会 すっきり体操、アガペダンスサークル	27	土	PHXジュニアバレー、本郷クラブ 三原市長選挙・三原市議会議員補欠選挙準備
11	木	ひまわり、三原JBC、もみじ会、百花 沼田川FC(ハト・ミント・ニュースポーツ)、メデアロハハウオリ	28	日	三原市長選挙・三原市議会議員補欠選挙
12	金	沼田川FC(卓球)	29	月	ファンキーズ、沼田川FC(ミニテニス)、QTクラブ、百花 こころ音の会
13	土	PHXジュニアバレー、三原JBC、本郷クラブ	30	火	単発講座「ハワイアンコードのスマホ入れ」 チョット卓球、本郷ダンスクラブ(舞)、船木卓球クラブ
14	日		31	水	ハトンススタジオ、本郷ハト・ミントクラブ、水曜会、アガペ
15	月				
16	火	チョット卓球、本郷ダンスクラブ(舞)、船木卓球クラブ			
17	水	ハトンススタジオ、本郷ハト・ミントクラブ、水曜会 茶道グループ、新さなえ会			

ご利用申し込みは早めをお願いします。

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

令和6年7月1日

回覧

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



たよりHP→



7月
No.231

おらせ

北方コミセンまつり(北方コミュニティ推進大会)を開催します

7月7日(日)9時30分より北方コミセンにて上記の大会を開催する予定です。
特別出演として本郷西小学校の児童によるソーラン節や本郷ひまわり保育所のダンス、音楽療法士の安達治美さんのフルートコンサートなどがあります。
北方住民の作品展示や、北方コミセンの利用団体による学習発表など盛りだくさんです。また、足もみや茶道体験も行っています。
当日の11時半からは北方栄養学級のお弁当も数量限定で販売されます。終盤にはプログラムに記載しています抽選番号で、お楽しみ抽選会もありますので、ぜひお越しください。



昨年度の様子

第36回 北方コミセングラウンド・ゴルフ大会の様子

6月1日(土)第36回北方コミセングラウンド・ゴルフ大会を開催し、35名の参加がありました。今回は、小学生のお子さんがいるご家族も参加され、ほっこりしました。
当日は天候にも恵まれ、芝管理もされた後だったので気持ちよくプレイができました。後藤さんはコミセングラウンド・ゴルフ大会で初優勝！古原さんは昨年34回にも優勝していますので、安定の勝ちでした。
お二人ともおめでとうございます！



優勝 古原教子さん・後藤均さん

主催講座開講式の様子



5月21日(火)下記の三原市主催講座が開講されました。
【心もからだもスッキリ体操】は9名でスタート。講師は大植陽子さん。
講座を始める前に、現在の体の不調や気になることなどを受講者に確認し、症状を改善するストレッチを行いました。
みなさん、程よく、良い汗をかいてデトックスできたようでした。



心もからだもスッキリ体操

裏面につづく



移動スマホ講座の様子

6月6日(木)北方コミセンの駐車場においてソフトバンク協力で移動型スマホ講座が以下のような内容で開講されました。

- ①スマホを使用したことのない方がスマホに触れてみる
- ②【Android】の使い方を基礎から学ぶ
- ③【Android】の応用を学ぶ
- ④受講者のスマホを使って相談をする

受講者からは「スマホの使い方がより詳しく知ることが出来てよかった」との声がありました。



報告

三原市地域おこし協力隊 本郷北方地区 丹澤紳一郎より

みなさま、こんにちは。本郷北方地区の地域おこし協力隊 丹澤です。

7月になり暑くなってきましたが体調は崩しておられないでしょうか。熱中症にならないよう喉が乾く前に定期的に水分を補給してくださいね。

さて、私が住んでいる善入寺の地域では 6 月上旬に芝桜の挿し芽や草取り作業がありました。私たちが普段きれいに見えている芝桜群の陰には地域の地道な努力があります。そのことを少しでも思っていたいただけたら嬉しいです。



7月の行事予定

最新のスケジュールは
こちらから→→→



(主)三原市主催講座

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	月	卓球クラブ	16	火	(主)心もからだもスッキリ体操、ハワイアンキルト&手芸 100歳体操、詩舞同好会、めいきゅうクラブ
2	火	フォークダンス、100歳体操、詩舞同好会、めいきゅうクラブ	17	水	和楽日、北方太極拳クラブ
3	水	和楽日、北方太極拳クラブ	18	木	ラッキーズ、BKS、北方ヨガ
4	木	消防訓練、ラッキーズ、BKS、北方ヨガ	19	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
5	金	ほんごうきずな、北方コミセンまつり 準備	20	土	ラウレア、PHXジュニア、フェニックス
6	土	北方コミセンまつり 準備	21	日	太極拳A
7	日	北方コミセンまつり 9:30~	22	月	北方足もみの会、卓球クラブ
8	月	3B体操、卓球クラブ	23	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
9	火	100歳体操、詩舞同好会、めいきゅうクラブ	24	水	和楽日、北方太極拳、フレンズ、(主)Excel実習講座
10	水	和楽日、北方太極拳クラブ、フレンズ、(主)Excel実習講座	25	木	北方陶芸、お楽しみクラブ、茶道教室、ラッキーズ、BKS 北方ヨガ
11	木	ラッキーズ、BKS、夏まつり実行委員会	26	金	北方陶芸、ほんごうきずな、ニコニコ筋トレ、バトン同好会
12	金	ほんごうきずな、ニコニコ筋トレ、北方未来、バトン同好会	27	土	三原市長選挙・三原市議会補欠選挙 準備
13	土	Goねんりん、ラウレア、PHXジュニア、フェニックス	28	日	三原市長選挙・三原市議会補欠選挙 当日
14	日	三原クラブ、サロンリッパ、詩吟同好会	29	月	卓球クラブ
15	月	北方栄養学級、北方卓球クラブ	30	火	100歳体操、詩舞同好会、めいきゅうクラブ
			31	水	



南方コミセンだより

第 301号

生涯学習だよりのバックナンバーはこちら →



令和 6 年 7 月 1 日

シルクスカーフを藍の生葉で染めよう



藍の生葉を使って藍染体験講座を開催します。

藍染には消臭、防虫、抗菌などの効果があるといわれています。シルクスカーフを藍で自分流に染めましょう。

日時：7月30日（火）9：30～11：30

場所：南方コミセン調理室 定員：10名

受講料：材料費 1400 円（受講料込み）

持参物：エプロン、ゴム手袋、ハンドタオル（1枚）
バスタオル（1枚）

申し込み期間：7月8日（月）から定員になり次第終了

申し込み先：南方コミセン ☎0848-86-4858



クリーンキャンペーン実施



6月2日、南方クリーンキャンペーンが実施され、通学路や公園がすっきりきれいになりました。参加された地域の皆様、お疲れ様でした！

次回は8月25日を予定しております。ご都合のつく方はご参加よろしくお願いします。

玉ねぎの収穫

6月初旬、サロンみとしろの皆さんが、丹精込めて育てた玉ねぎを収穫されました。

今年は去年に比べて小ぶりだそうですが、おいしそうな玉ねぎです。サロンのお昼ご飯に使われる予定です。



紫陽花の花が咲きました



挿し木をしてコミセンの道路側に植えたアジサイ。昨年の猛暑と雨不足を乗り越え、ついに花を咲かせました！

今年の夏も猛暑が予測されていますが、元気に育ってくれることを願います。

ジニアの植え付け

6月6日、フラワーズクラブの皆さんと相談員で夏用の苗の植え付けがおこないました。今年は灌水チューブを設置して水やりを少しでも楽にする予定です。



裏面に続く

～季節ごよみ～ 「中元」(ちゅうげん)

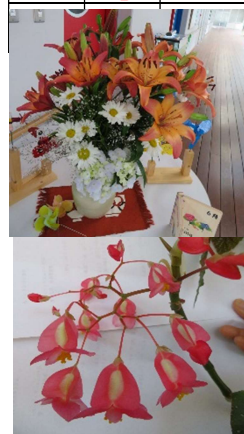


7月15日は中元と呼ばれ、お世話になった人や親せきなどに贈り物をすることが知られています。その起源には諸説あるようですが、中国道教の節句で神様に供え物を献上して祝う日だったというのが有力です。これに加えて仏教の「盂蘭盆(うらぼん)」の影響を受けて日本のお中元の慣習が形成されてきました。実際に現在のような贈り物の風習として広まったのは明治の改暦以降からということです。

時代とともに変わっていく風習ですが、感謝や思いやりの気持ちを大切に後世に伝えていきたいものですね。

令和6年7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	月	サロンみとしろ・はーとクラブ・気功の会 マーガレット・南方カラオケ同好会	15	月	サロンみとしろ・はーとクラブ
2	火	愛碁会・ニコニコ筋トレ リフレッシュ 3B・空手同好会	16	火	愛碁会・ニコニコ筋トレ リフレッシュ 3B・空手同好会
3	水	(主)和太鼓叩いて体幹アップ・心	17	水	(主)和太鼓叩いて体幹アップ・心
4	木	フラワーズ・百歳体操・D'z・太極拳	18	木	百歳体操・D'z・太極拳
5	金	折り紙教室・アップル B・健康体操	19	金	アップル B・健康体操
6	土	麦の会	20	土	
7	日	南風エイサー隊	21	日	
8	月	サロンみとしろ・絵手紙・マーガレット	22	月	サロンみとしろ・絵手紙・マーガレット
9	火	愛碁会・ニコニコ筋トレ・楽しいパン講座 やよい会・空手同好会	23	火	愛碁会・ニコニコ筋トレ・フランス刺繍 やよい会・空手同好会
10	水	足ツボ講座・歌声キャンディー 民謡秀諒会	24	水	民謡秀諒会
11	木	(主)身体ととのえヨガ・百歳体操 カンフークラブ	25	木	ととのえヨガ・百歳体操 カンフークラブ
12	金	絵手紙すみれ・健康体操	26	金	絵手紙すみれ・健康体操
13	土		27	土	三原市長選挙・三原市議会議員補欠選挙 準備
14	日		28	日	三原市長選挙・三原市議会議員補欠選挙
			29	月	サロンみとしろ・気功の会・マーガレット
			30	火	愛碁会・ニコニコ筋トレ・空手同好会
			31	水	



← 花が咲き乱れる季節なのではないでしょうか。一年を通して事務室前に置いてある生け花。6月中旬から百合の花が満開です。玄関のベゴニアも花をつけ始めました。



今年の土用の丑
の日は7月24日
と8月5日です。



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。

TEL0848-86-4858 南方コミュニティセンター生涯学習相談員 名越・安田