



本郷生涯学習センターだより

NO.235 (令和7年5月1日発行)



生涯学習だより
バックナンバー
QRコード

令和7年度 主催講座の開講日について

主催講座を受講される皆様へのお知らせ

開講式は、1 回目の受講日となりますので、年間受講料（20 回講座 4,000 円/10 回講座 2,000 円）及び、案内ハガキ又は返信メールに記載してある準備物をご持参ください。受講料は、現金以外にPayPayでの支払いもできますのでよろしくお願いします。

なお、ご不明な点がございましたら、下記にご連絡ください。

(問合せ先) 本郷生涯学習センター ☎85-0701

講座名	開講日	時間	会場
スマホ基本講座(アイフォン)	5月19日(月)	13:30~15:00	情報学習室
日常英会話講座	5月19日(月)	13:30~15:00	研修室4
PPバンドで小物を作ろう	5月13日(火)	13:30~15:30	研修室2
大人がたのしむヒップホップダンス	5月20日(火)	10:00~11:30	研修室5・6・7
心も体も元気いっぱい体操	5月15日(木)	13:30~15:00	研修室5・6・7
今だから始めたいピラティス	5月8日(木)	13:30~15:00	研修室5・6・7
日常のパソコン応用講座	5月8日(木)	13:30~15:00	情報学習室
スマホ基本講座(アンドロイド)	5月16日(金)	10:00~11:30	情報学習室
毎日コツコツ筋力アップ	5月9日(金)	13:30~15:00	研修室5・6・7

登録団体数状況

令和7年度の団体登録の許可状況がまとまりました。登録団体数は高齢化等により昨年より減少しましたが、昨年度より本郷コミセンの利用もあり部屋の空き状況は電話確認をお願いいたします。

尚、登録許可団体の利用申請は利用の3日前までに申請願います。

	R7年度	R6年度
センター	66	70
コミセン	20	24
計	86	94

忘れ物の整理

バッグ、帽子、水筒などの忘れ物が多数あり、長い間事務所で保管していましたが持ち主が来られませんでしたので整理します。

心当たりの方は、5月31日までに取りに来てください。6月には処分させていただきます。

本郷図書館からのお知らせ

展示名「子どもの読書週間」

期間 4月23日(水)～5月12日(月)

内容 4月23日から読書週間！本郷図書館では「小学生がえらぶ！“子どもの本”総選挙」2024年の結果発表をもとに展示をします。

展示名「5月は“健活”しよう！」

期間 5月1日(木)～5月31日(土)

内容 八十八夜、熱中症対策の日、菌活の日、世界禁煙デー…。5月は健康活動で夏に備えて体調を整えよう！

「こんぺいとうのおはなし会」

とき 5月22日(木)10:30～

場所 本郷図書館 絵本のコーナー

内容 毎月第4木曜日は読み語りの日です。

子供も大人也大歓迎♪
ぜひ来てください。



本郷図書館 Tel:85-0703

生涯学習センター職員異動のお知らせ

4月1日付で本郷生涯学習センターの職員として、清田祐介が着任いたしました。今後ともよろしくお願いします。

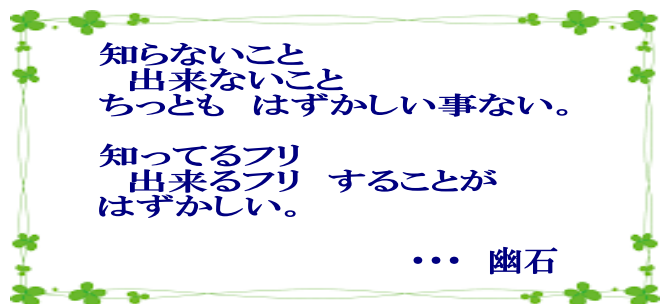


5月

主催講座・自主講座のご案内

令和7年5月の主催講座・自主講座

日	曜	講 座	日	曜	講 座
1	木	囲碁同好会 和太鼓教室 沼田川焼物 パンベグル 書道	15	木	心も体も元気いっぱい体操(主) 囲碁同好会 エアロリズム体操 和太鼓教室 書道
2	金	ボールペン文字講座 ホームベーカリー 沼田川焼物 市民大学カラオケ	16	金	スマホ基本講座(アンドロイド)(主) ボールペン文字講座 押し花
3	土	原爆被害者の会	17	土	沼田文化研究会 なでしこクック
4	日		18	日	らくらくインターネット 三原盆栽会
5	月		19	月	スマホ基本講座(아이폰)(主) 日常英会話(主) わくわくパソコン 手話おおぞら
6	火	PC-A VMC 本郷太鼓 A	20	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 カトレア 本郷絵画 PC-A 市民大学パソコン VMC
7	水	筆文字講座 IT 実用 PC 茶道(裏) ロコモ体操 フォークダンス 市民大学料理	21	水	筆文字講座 IT 実用 PC 茶道(裏) ロコモ体操 フォークダンス 市民大学料理
8	木	今だから始めたいピラティス(主) たのしむ絵画 アガペーダンス IT さわやか 基礎からの書道 だんすの会	22	木	今だから始めたいピラティス(主) アガペーダンス IT さわやか カラオケ MC 基礎からの書道 だんすの会
9	金	毎日コツコツ筋力アップ(主) IT きらら	23	金	毎日コツコツ筋力アップ(主) IT きらら コーラスほほえみ 押し花 ほんごう文化協会 ベークィングクラブ
10	土	花みずき 本郷囲碁クラブ PC シニア 大人と子どものアート教室	24	土	花みずき 本郷囲碁クラブ PC シニア
11	日	本郷日本語クラス	25	日	本郷日本語クラス 人物を描こう会
12	月	ピース太極拳 ハワイアンキルト IT あじさい クラフト同好会 都絵手紙 アンパンマン	26	月	ピース太極拳 IT あじさい 都絵手紙
13	火	PP バンドで実用小物を作ろう(主) 本郷太鼓 B ボジージガ新高 たのしくソーシャル フラワーアレンジメント 本郷陶芸 オカリナフレンズ 楽しく韓国語	27	火	本郷太鼓 B ボジージガ新高 たのしくソーシャル フラワーアレンジメント オカリナフレンズ 旅さろん 楽しく韓国語
14	水	あひるの会 PC-B 本郷陶芸 Enjoy English 歌って健やか講座	28	水	あひるの会 PC-B Enjoy English 歌って健やか講座
		(主)主催講座	29	木	心も体も元気いっぱい体操(主)
			30	金	毎日コツコツ筋力アップ(主) スマホ基本講座(アンドロイド)(主) 市民大学カラオケ
			31	土	



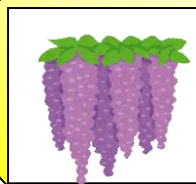
令和7年5月の催し物

月 日	曜	開始時間	催し物	主催者	会場
5月18日	日	10時30分	2025 池坊巡回講座	池坊三原御豊支部	にいたかホール
5月25日	日	10時30分	哲滄会 三原地区予選大会	公認 哲滄会	にいたかホール
5月31日	土	13時30分	民生委員児童委員連合協議会 総会	民生委員児童委員協議会	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

《 本郷コミセン主催講座 開講式のご案内 》

長い間お待たせしました。いよいよ5月からスタートとなります。
次のとおり開講式をご案内します。

主催講座は一年間の長期間となります。千里の道も一歩からです。
まずは、講座を楽しみながらあきらめずにチャレンジしましょう。

また、受講者どうしてコミュニケーションが図れば、一層楽しく
なると思います。お互いに声を掛け合いましょう。

1. 『カホンでリズムを楽しもう』 講師 河野 直博 さん
日 時 令和 7 年 5 月 13 日 (火) 18:30 ~ 20:00
場 所 本郷生涯学習センター 多目的ホール (2 階)
持参品 受講料 2,000 円・筆記道具
カホンをお持ち方はご持参ください。
2. 『チョークアートを楽しもう』 講師 神本 俊教 さん
日 時 令和 7 年 5 月 8 日 (木) 10:30 ~ 12:00
場 所 本郷生涯学習センター 工芸室 (1 階)
持参品 受講料 2,000 円・教材費 500 円・筆記道具
3. 『ウクレレにチャレンジ』 講師 高橋 英司 さん
日 時 令和 7 年 5 月 16 日 (金) 13:30 ~ 15:30
場 所 本郷生涯学習センター 研修室 3 (2 階)
持参品 受講料 2,000 円・筆記道具
ウクレレをお持ち方はご持参ください。

第46回 本郷コミセングラウンド・ゴルフ大会のご案内

当コミセンでは、生涯スポーツをとおしてみなさんの健康そして明るい
地域づくりを目指しています。次のとおり当大会を予定しています。

みなさんの多数のご参加をお待ちしています。

- 開催日時 令和 7 年 6 月 1 日 (日) 8:45 ~ 〈雨天中止〉
場 所 本郷総合公園 (多目的グラウンド)
日 程 受付 (8:30 ~)・開会式 (8:45 ~)・競技開始
競技方法 3 ラウンド 24 ホールの合計打数で競う。
表 彰 ①賞 品 優勝 ~ 10 位まで
②参加賞 全員
③ホールインワン賞及びお楽しみ賞
そ の 他 体調がよくない場合は見合わせてください。



《 本郷ドラム同好会 》



土曜日の夜、多目的ホールで活動している本郷ドラム同好会を訪問しました。リズム練習をしていました。一定のリズムを刻み続けることは、一見簡単そうで難しいものですね。レッスンの繰り返しの大切さを感じました。みなさんの顔はすっかり「ドラマー」でした。

活動分野 趣味・教養学習（ドラム演奏）
 活動日 第1・3 土曜日 18:00～20:00
 活動場所 本郷生涯学習センター 多目的ホール（2階）
 活動内容 指導を受けながらまた互いに教え合いながら課題曲に合わせてドラムを演奏する。



5月(皐月)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	木	オカリナ パッチワークキルト	17	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
2	金	ラビアンローズ 三矢だるま会 和紙ちぎり絵	18	日	
3	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	19	月	名水踊ろう会
4	日		20	火	
5	月		21	水	スポーツマー جان
6	火		22	木	邦楽さざなみ
7	水	スポーツマー جان	23	金	手書きで楽しむ書
8	木	邦楽さざなみ チョークアートを楽しもう(主)	24	土	
9	金	手書きで楽しむ書	25	日	
10	土		26	月	
11	日		27	火	ココトレ3B体操
12	月		28	水	スポーツ吹矢 フレッシュ親子3B いきいき会 ミュージックJAM
13	火	ココトレ3B体操 カホンでリズムを楽しもう(主)	29	木	
14	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	30	金	
15	木	オカリナ パッチワークキルト	31	土	
16	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)			

編集後記 「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) →
 五月を迎え草木が芽吹き、暦では「立夏」で季節に力強さを感じます。エネルギーをしっかりと充電
 して『学習の炎』を燃やしましょう。 「この顔を 五月の風に あづけけり」(三吉 みどり)

問い合わせ・ご相談：本郷コミュニティセンター（専用電話 080-9130-7730） 生涯学習相談員 上神





船木コミセンだより



令和7年5月1日
235号
船木コミュニティセンター



← たよりHP



令和7年度の『椅子に座って健康体操』がスタートしました

今年で3年目を迎える『椅子に座って健康体操』が4月4日(金)に始まりました。

令和7年度スケジュール

時 間 : 10:00~11:00
場 所 : 船木コミセン 研修室
対 象 : 船木地区住民
参加費 : 無料
持参物 : タオル・水分補給水

申し込みは必要ありません



4月 4日(金)	10月 3日(金)
5月 9日(金)	11月 7日(金)
6月 6日(金)	12月 5日(金)
7月 4日(金)	1月 9日(金)
8月 1日(金)	2月 6日(金)
9月 5日(金)	3月 6日(金)

消防訓練の実施



3月28日(金)、消防訓練を行いました。放送機器の扱い・現地確認及び初期消火、119番通報(模擬)に避難誘導、安否確認と一連の流れを確認することが出来ました。最後は三原美装社の方から消火器の取り扱いの説明を受け、水消火器(練習用放射器具)を使って実際に体験しました。この水消火器の側面には使用方法が記載されていました。いざという時、慌てないためにも覚えておきたいですね。



練習用放射器具には下記のように表示されていました

- ①大きな声で「火事だ」と叫ぶ
- ②放射距離を考え火元に向かう
- ③安全ピンを抜く(ピン)
- ④ホースをはずし火元に向ける(ポン)
- ⑤レバーを強く握る(パン)

※ ③④⑤でピン・ポン・パン！！

船木ふるさと再発見！

船木コミセン駐車場に設置されている『船木ふるさと再発見』の案内版をご存じでしょうか？

この案内板は船木活性化委員会(船木町内会連合会)が作成、設置され、歴史・自然の素晴らしい場所が掲載されています。

また、船木ふれあいマップにも「歴史」「自然」「イベントスケジュール」等の情報が満載！

マップを手にふるさと船木を巡ってみてはいかがでしょうか？

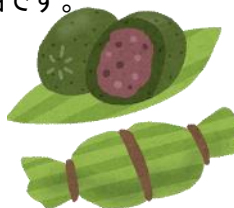


端午の節句の掛け軸展示



お雛さまの掛け軸展示に続き、
端午の節句の掛け軸を展示して
います。とても珍しい掛け軸です。

ロビーに展示しています
のでご覧ください。



5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	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(ハートミントン・ニュースポーツ) ラッキーズ、BKS	17	土	PHXジュニアバレー、三原JBC、本郷クラブ、フェニックス
			18	日	太極拳A、北方卓球クラブ
			19	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
			20	火	主催講座「パン講座「時短deパン」 チョット卓球、本郷ダンスクラブ(舞)、船木卓球クラブ
			21	水	スポーツ推進委員研修会 新さなえ会、茶道グループ 和楽日、北方太極拳クラブ
			22	木	ひまわり、三原JBC、もみじ会、百花 沼田川FC(ハートミントン・ニュースポーツ)、メケアロハウオリ ラッキーズ、BKS
2	金	沼田川FC(卓球)	23	金	沼田川FC(卓球)、アトワイト船木
3	土	PHXジュニアバレー、本郷クラブ、船木バレー	24	土	PHXジュニアバレー、三原JBC、本郷クラブ、フェニックス レイフラワーラブリー
4	日		25	日	BMTみはら、三原クラブ、北方卓球クラブ
5	月		26	月	ファンキーズ、沼田川FC(ミニテニス)、QTクラブ 百花、インテグラルヨーガ
6	火	船木卓球クラブ、 パン教室	27	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	水	ハートスタジオ、本郷ハートミントンクラブ、水曜会 スマイルヨガ、新さなえ会、茶道グループ 和楽日、北方太極拳クラブ	28	水	ハートスタジオ、本郷ハートミントンクラブ、水曜会 すっきり体操 和楽日、北方太極拳クラブ
8	木	ひまわり、三原JBC、もみじ会、百花 沼田川FC(ハートミントン・ニュースポーツ)、メケアロハウオリ ラッキーズ、BKS	29	木	ひまわり、三原JBC、もみじ会 沼田川FC(ハートミントン・ニュースポーツ) ラッキーズ、BKS
9	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	30	金	沼田川FC(卓球)、アトワイト船木
10	土	三原JBC、本郷クラブ、フェニックス	31	土	南部地区バレーボール連盟、本郷クラブ レイフラワーラブリー、フェニックス
11	日	BMTみはら、三原クラブ、北方卓球クラブ			
12	月	ファンキーズ、沼田川FC(ミニテニス)、QTクラブ 百花、インテグラルヨーガ			
13	火	チョット卓球、本郷ダンスクラブ(舞)、船木卓球クラブ			
14	水	ハートスタジオ、本郷ハートミントンクラブ、水曜会 すっきり体操、アガペーダンスサークル 和楽日、北方太極拳クラブ			
15	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、スマイルヨガ 沼田川FC(ハートミントン・ニュースポーツ) ラッキーズ、BKS			
16	金	沼田川FC(卓球)、クラフトバンド			

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7年5月1日

たよりHP→



No.241

令和7年度 北方コミセンで開催する年間行事



6月 第38回 北方コミセン グラウンド・ゴルフ大会／6月 7日〔土〕

7月 第42回 北方コミュニティ推進大会／7月 6日〔日〕

8月 第29回 北方ふるさと夏まつり／8月13日〔水〕

(北方ふるさと夏まつり実行委員会主催)

10月 第17回 三原市民体育大会／10月12日〔日〕

令和7年度 北方区民体育大会／10月19日〔日〕

雨天順延／10月26日〔日〕

11月 北方区民視察研修／11月 1日〔土〕 (北方地区社協と共催)

12月 第15回北方区民球技大会／12月 7日〔日〕 ビーチボールバレー

3月 第39回北方コミセン グラウンド・ゴルフ大会／3月 7日〔土〕



皆様のご参加お待ちしております！

※5月1日～6月30日まで空調機器更新工事のため、大ホールはご利用いただけません

北方コミセン利用登録団体一覧

分類	教室名	活動内容
自主活動グループ (文化活動グループ)	1 北方足もみの会	足もみ
	2 100歳体操の会	体操
	3 北方フォークダンスクラブ	フォークダンス
	4 みやび舞三原詩舞同好会	詩舞
	5 和楽日	太極拳
	6 北方太極拳クラブ	太極拳
	7 食生活改善 北方栄養学級	調理実習
	8 椅子を使って行う初歩の茶道教室	茶道
	9 お楽しみクラブ	手芸
	10 北方陶芸教室	陶芸
	11 ほんごうきずな	健康体操
	12 ニコニコ筋トレ	体操
	13 なしわ陶芸同好会	陶芸
	14 絵手紙らんど北方教室	絵手紙
	15 GO ねんりん	太極拳
	16 レイフラワー・ラウレア・本郷	フラダンス
	17 サロン リッケ	子育て支援
	18 詩吟同好会	詩吟
	19 太極拳A	太極拳

分類	教室名	活動内容
自主活動グループ	20 北方卓球クラブ	卓球(ラージ)
	21 めいきゅうクラブ	ソフトバレーボール
	22 ラッキーズ	ソフトバレーボール
	23 BKS	卓球(ラージ)
	24 パトン同好会	パトントワリング
	25 PHXジュニアバレーボールクラブ	ジュニアバレー
	26 フェニックス	ソフトバレーボール
地域団体	27 三原クラブ	中学バレーボール
	28 北方小学校跡地活用検討協議会	
	29 北方老人クラブ希望会	
	30 北方地区社会福祉協議会	
	31 三原市本郷町北方財産区管理会	
	32 北方地域活性化会議	
	33 北方連合会	
	34 北方未来	
	35 北方未来自主防災会	
	36 NPO法人 森のおさるさん	

※ ○ 新規団体

裏面につづく



宿題いっしょにやろう会 三原市地域支援員北方地区

春休みに三原市地域支援員・北方地区の森井支援員が企画した「宿題いっしょにやろう会」が、なしわラボ(旧北方小学校1階)で開催されました。本郷西小学校の児童25名と地元の中学生2名が参加し、子どもたちからは「クラスの人数より多くて楽しい!」との声もありました。宿題を終えた後には、クレーンゲームやUVレジンを使ったキーホルダー作りも楽しみました。

なお、この企画は夏休みにも予定されていますので、ぜひご参加ください。



北方地区 地域おこし協力隊からのご報告

みなさま、お疲れ様です。4月善入寺本谷地区で開催した「芝桜の里カフェ」は大盛況で、来てくださった方々に大変好評でした。ご家族(ワンちゃん)と共にきれいに咲いた芝桜を堪能してくださっていました。

来年も開催する予定ですが、今回よりもっと多くの方にご協力いただき、地域を盛り上げていってほしいと思っています。

さて、今月から後谷地区にある空き家の改修工事を進めていきます。お時間があるときに作業風景を覗きに来てみてください。



※ 大ホール空調工事のため利用不可

※ (主) 三原市主催講座

5月の行事予定

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	木		17	土	ラウレア本郷
2	金	ほんごうきずな、絵手紙らんど、ニコニコ筋トレ	18	日	詩吟同好会
3	土		19	月	北方栄養学級
4	日		20	火	(主)心もからだもスッキリ体操、100歳体操
5	月		21	水	
6	火	100歳体操	22	木	北方陶芸、茶道教室、お楽しみクラブ
7	水		23	金	北方陶芸、ほんごうきずな、ニコニコ筋トレ
8	木		24	土	ラウレア本郷
9	金	三原市地域企画課、ほんごうきずな、ニコニコ筋トレ 北方未来総会	25	日	
10	土	ラウレア本郷	26	月	北方足もみの会
11	日		27	火	北方フォークダンス、100歳体操、詩舞同好会
12	月		28	水	(主)Excel実習講座
13	火	北方フォークダンス、100歳体操、詩舞同好会	29	木	
14	水	(主)Excel実習講座	30	金	ニコニコ筋トレ
15	木		31	土	
16	金	ほんごうきずな、絵手紙らんど、ニコニコ筋トレ			

講座紹介～愛碁(あいご)会～



朝から黙々と碁を打っています

南方コミセン始まって以来
長きにわたって活動されている
愛碁会の紹介です。

活動時間は毎週火曜日 9時～16時
※いつでも都合の良い時に出入り可能
場所は南方コミセン第2研修室
囲碁に興味のある方、参加してみたい
方、大歓迎！南方コミセン事務局までお
問合せください。



講座紹介～D'Z(でいーず)～

ダンスのレッスンをやっている講座D'Zの紹介です。
現在、小学生の女の子を中心に活動しています。

この日は南方ふるさとふれあい祭で発表した課題曲の仕
上げ練習をしていました。

課題曲の後にはフリーレッスンです。ヒップホップやハウ
スミュージックのリズムに合わせて、体の部分ごとに基礎
トレーニングをする「アイソレーション」をしっかり練習
します。先生の軽やかなステップが印象的でした。



音楽が始まると集中力がアップします



先生の背中を追いかけてステップ



基礎トレーニングが大事

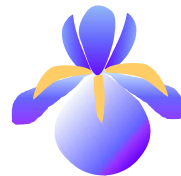


かわいい！ポーズ



D'Zは
毎月第1・第3木曜日18時から20時
南方コミセン第2研修室で開催しています。
お問合せは南方コミセン事務局まで。





5月5日は端午の節句です。端午とは「最初の午（うま）の日」という意味です。3月3日の桃の節句に対して「菖蒲（しょうぶ）の節句」ともいわれ、菖蒲を使って邪気を祓う風習があります。一説によれば、田植え前に女性が菖蒲湯で沐浴して身の穢れ（けがれ）を祓う（はらう）ための儀式がもとになっているそうです。

また江戸時代には「※尚武（しょうぶ）の節句」ともいわれ、武士の間で盛んに祝われるようになりました。旧暦の端午の節句は今の6月頃、梅雨入り前の暑い時期にあたります。この頃、武士の家では甲冑（かっちゅう）を蔵から出し、虫干しする習慣がありました。これが五月人形を飾る風習の原型になったといわれています。

※尚武：武道、軍事などを大切なものと考えること



令和7年5月の利用予定

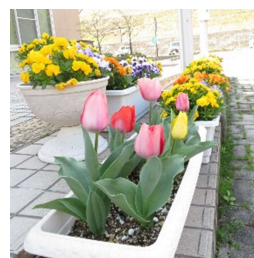
（主）三原市主催講座

日	曜	利用団体又は行事名	日	曜	利用団体又は行事名
1	木	太極拳・D'Z	15	木	麵打ちクラブ・百歳体操・D'Z
2	金	折り紙教室・アップルB・健康体操	16	金	健康体操
3	土	麦の会	17	土	こすもす体操
4	日	南風エイサー隊	18	日	南風エイサー隊
5	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	19	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
6	火	愛暮会・ニコニコ筋トレ リフレッシュ 3B	20	火	愛暮会・ニコニコ筋トレ リフレッシュ 3B・めいきゅうクラブ
7	水	キララ・(主)和太鼓叩いて体幹アップ・心	21	水	(主)和太鼓叩いて体幹アップ・心
8	木	(主)身体ととのえヨガ・百歳・カンフー	22	木	ととのえヨガ・百歳体操・カンフークラブ
9	金	健康体操	23	金	健康体操
10	土	レイフラワー・自主防災会・アットホーム	24	土	アットホーム
11	日	和太鼓	25	日	
12	月	サロンみとしろ・絵手紙・マーガレット	26	月	サロンみとしろ・絵手紙・マーガレット
13	火	愛暮会・楽しいパン講座・ニコニコ筋トレ やよい会・めいきゅうクラブ	27	火	愛暮会・ニコニコ筋トレ・フランス刺繍 やよい会・めいきゅうクラブ
14	水	足ツボ講座	28	水	民謡秀諒会
			29	木	地域企画課・百歳体操・太極拳
			30	金	アップルB・健康体操
			31	土	こすもす体操



4月初旬、ポカポカと暖かい日差しの中、南方コミセン敷地内の桜が見事に咲きました。

サロンみとしろでは、満開の桜の下でお花見会を催され、楽しい歌声が響いていました。



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