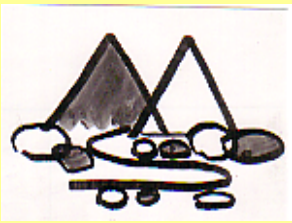

本郷生涯学習センターだより

NO.253（令和8年11月1日発行）

生涯学習だより
バックナンバー
二次元コード

単発講座実施

棒をつかって元気体操

9月18日(金)、単発講座「棒を使って元気体操」を開催し、15名が参加しました。
参加者の皆さんは、講師の指導のもと、棒を使って普段は難しい体の動きにも挑戦し、熱心に体操に取り組みました。棒を活用することで、無理なく体を動かすことができ、楽しく体をほぐす機会となりました。
今回の講座を踏まえ、次年度の主催講座としての実施も検討していきます。

施設の忘れ物整理について

施設で保管している傘・水筒・帽子・バッグ・メガネなどの忘れ物について、整理を行います。
心当たりの方は、11月30日(月)までに施設事務所へお申し出のうえ、お引き取りください。なお、期限までに引き取りのない忘れ物は、12月に整理する予定です。ご理解とご協力をお願いします。

青少年育成三原市民会議本郷支部（親子ふれあい教室（ダンス教室））

10 月 10 日(土)に、親子ふれあい教室「ダンス教室」を開催しました。
保護者と子ども合わせて 10 名が参加し、「親子でヒップホップダンスを体験しましょう！」をテーマに、親子でダンスの楽しさを体験しました。
未就学児も含め、参加者の皆さんは熱心にダンスに取り組み、親子で楽しく体を動かしながら、心地よい汗を流しました。また、更生保護女性会の皆さんにもご参加いただき、ありがとうございました。

本郷図書館からのお知らせ

● イベント名「リサイクル市」
とき 11月7日(土)10時00分 ～
※無くなり次第終了
内容 保存期限の切れた雑誌などを無料で差し上げます。
・雑誌は一人5冊まで、本は冊数制限なし。
・袋はご持参ください。
場所 本郷図書館

● 展示名「お仕事の本展」
とき 11月1日(日) ～ 11月30日(月)
内容 11月23日は勤労感謝の日。
お仕事に関係する本を展示します。

● おはなし会「こんぺいとうのおはなし会」
とき 11月 26 日(木) 10:30～
内容 毎月第4木曜日は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。

本郷図書館　Tel:85-0703

主催講座・自主講座のご案内

令和８年１１月の主催講座・自主講座

日	曜	講　　座
1	日	らくらくインターネット
2	月	スマホ基本講座(アイフォン)(主) 日常英会話(主)　わくわくパソコン クラフト同好会　手話おおぞら　ペン字教室
3	火	大人がたのしむヒップホップダンス(主) カトレア教室　本郷絵画　むくげの会　VMC
4	水	筆文字講座　IT実用 PC　茶道(裏) 市民大学料理　ロコモ体操で今日も元気 フォークダンスひまわり会
5	木	心も体も元気いっぱい体操(主)　書道 囲碁同好会　パンベーグル　和太鼓教室 沼田川焼物　エアロとリズム体操
6	金	スマホ基本講座(アンドロイド)(主) ボールペン文字講座　沼田川焼物 市民大学カラオケ　ホームベーカリー
7	土	
8	日	本郷日本語クラス
9	月	ピース太極拳　IT あじさい　アンパンマン ハワイアンキルト　都絵手紙　クラフト同好会
10	火	大人がたのしむヒップホップダンス(主) ボジーガ新高　本郷太鼓 B　たのしくソシアル PPバンドで実用小物を作ろう(主) フラワーアレンジメント　オカリナフレンズ 本郷陶芸
11	水	あひるの会　PC-B　Enjoy English 歌って健やか講座　本郷空手道　本郷陶芸
12	木	日常のパソコン応用講座(主) 今だから始めたいピラティス(主) 基礎からの書道　IT さわやか アガペーダンス
13	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
14	土	商工まつり

日	曜	講　　座
15	日	商工まつり
16	月	スマホ基本講座(アイフォン)(主) 日常英会話(主)　わくわくパソコン　手話
17	火	本郷太鼓 A　カトレア教室　VMC 市民大学パソコン
18	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
19	木	心も体も元気いっぱい体操(主)　書道 囲碁同好会　エアロとリズム体操 和太鼓教室
20	金	スマホ基本講座(アンドロイド)(主) ボールペン文字講座　市民大学カラオケ
21	土	なでしこクック　沼田文化研究会
22	日	日本語クラス　人物を描こう会
23	月	ピース太極拳　IT あじさい
24	火	大人がたのしむヒップホップダンス(主) 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　オカリナフレンズ 旅さろん
25	水	あひるの会　PC-B　Enjoy English 歌って健やか講座　本郷空手道
26	木	日常のパソコン応用講座(主) 今だから始めたいピラティス(主) 基礎からの書道　IT さわやか アガペーダンス　カラオケMC
27	金	毎日コツコツ筋力アップ(主) コーラスほほえみ　ほんごう文化協会　ITきらら ベーキングラブ
28	土	花みずき　本郷囲碁クラブ　PCシニア
29	日	
30	月	スマホ基本講座(アイフォン)(主) 日常英会話(主)

(主)主催講座

令和８年１１月の催し物

月　日	曜	開始時間	催し物	主催者	会場
11月　3日　祝日	火	12時30分	ピアノ発表会	やましたまちこピアノ教室	にいたかホール
11月　7日	土	10時	第26回みはら映画祭	市民映画祭開催実行委員会	にいたかホール
11月14日 11月15日	土 日	13時 10時	第3回ほんごう文化協会文化祭	ほんごう文化協会	にいたかホール
11月23日　祝日	月	13時	ピアノ発表会	る・りあん音楽教室	にいたかホール

問い合わせ先:本郷生涯学習センター℡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８年
11月１日
発行 No.259

≪　第23回　ほんごう芸能フェスティバル 出演者募集　≫

当コミセンでは、令和９年２月７日（日）に開催予定の「第23回 ほんごう芸能フェスティバル」への出演者を、次のとおり募集します。ぜひご参加のうえ日頃磨きをかけた腕前を、カー杯舞台で披露してください。

みなさんの申込みをお待ちしています。

開催日時　令和 ９年 ２月 ７日（日）９時３０分～１４時３０分（予定）
（開場　９時３０分　　開演　９時45分）

場　　所　本郷生涯学習センター　にいたかホール

申込要領　舞台発表 １団体につき１０分以内の演目

申込期限　１１月２０日（金）（厳守）

申込方法　出演申込書による申し込み
申込書は本郷コミュニティセンター（本郷生涯学習センター内）に設置

申 込 先　本郷コミュニティセンター（相談員上神）（℡ 080－9130－7730 ）

単発講座報告

≪　夜空のしおりを日本画で作ろう　≫

去る９月２４日（木）に「夜空のしおりを日本画で作ろう」講座を工芸室で実施しました。先生から日本画の説明を受けた後、絵具作りをしました。絵具は、使う前に一色ずつ皿に粉を取り分け、にかわ、水を混ぜて固まらないように指で溶いて作りました。手間がかかる色作りでしたが、水彩絵、油絵とは違って粉の配合による微妙な色合いが楽しめました。

色彩を終えた“しおり”に金箔を砂のように蒔いて夜空の星を表現しました。“しおり”には、みなさんの夜空がしっかり表現されていました。

裏面に続く

同好会活動１

≪ ちぎり絵で来年の干支『未』を制作しませんか ≫

来年の干支『未』

『和紙ちぎり絵』同好会では、１２月の活動日に恒例の干支の作品づくりを行います。来年の干支『未』の作品を一緒に制作する方を募集しています。初めての方もぜひご参加ください。

日　時　令和８年１２月４日（金）１３：００～１５：００
場　所　本郷生涯学習センター工芸室（１階）
材料代　500 円　　持参物　なし
申込期間　１１月　６日（金）～ 20 日（金）
申込先　「和紙ちぎり絵」代表　内藤（080－5616－3862）
本郷コミセン相談員　上神（コミセン携帯 080－9130－7730）

（活動案内）活 動 日　第１・金曜日　１３：００～１５：００
活動場所　本郷生涯学習センター 工芸室（１階）

同好会活動２

≪♪　本郷にこにこハーモニカ同好会　♪≫

去る 10 月４日（日）に当同好会が、にいたかホールで開催された「第 25 回ひろしまハーモニカ・フェスティバル」に参加しました。広島県内のハーモニカサークルが、一堂に会した演奏会で、みなさんのハーモニカから楽しい音が聞こえていました。

11月（霜月）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	日	第49回本郷コミセングラウンドゴルフ大会	16	月	名水踊ろう会　ミュージックJAM
2	月	名水踊ろう会	17	火	
3	火		18	水	スポーツマージャン
4	水	スポーツマージャン	19	木	オカリナ「風の音」
5	木	オカリナ「風の音」	20	金	ラビアンローズ　ウクレレ同好会　三矢だるま会
6	金	ラビアンローズ　和紙ちぎり絵	21	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
7	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	日	
8	日		23	月	
9	月		24	火	ココトレ3B体操
10	火	腹話術にチャレンジ（主）　カホンでリズムを楽しもう（主） ココトレ3B体操	25	水	スポーツ吹矢　フレッシュ3B　いきいき会
11	水	スポーツ吹矢　フレッシュ3B　いきいき会 楽々貯筋くらぶ	26	木	チョークアートを楽しもう（主）　邦楽さざなみ
12	木	チョークアートを楽しもう（主）　邦楽さざなみ	27	金	手書きで楽しむ書
13	金	手書きで楽しむ書	28	土	
14	土		29	日	
15	日		30	月	

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）→

渡り鳥を近くの川で見かけました。立冬を迎え、日ごとに寒さが増す季節になりました。体力をつけて元気に冬を過ごしましょう。　「行きあたる　谷のとまりや　散る紅葉」（森川　許六）

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

11月 船木コミセンだより

令和8年11月1日
253号
船木コミュニティセンター
← たよりHP

第１０回船木コミセンまつりプログラム

令和８年１１月８日（日）９：００～

		開会行事	9:00	8	しの笛	こころ音の会	11:00
1	演奏	三原市立本郷中学校吹奏楽部	9:15	9	社交ダンス	本郷ダンスクラブ	11:10
2	ダンス合唱	三原市立本郷西小学校4年生	9:40	10	マジック	サンウィングマジッククラブ	11:20
3	マジック	サンウィングマジッククラブ	9:55	11	フラダンス	メケアロハハウオリ本郷	11:30
4	太極拳	百花	10:05	12	バトントワーリング	バトンスタジオ	11:40
5	体操	エアリス	10:15	13	和太鼓	安芸本郷太鼓同好会	11:50
6	フラダンス	レイフラワーラブリー本郷	10:25			閉会行事	12:10
7	体操	笑ってココロすっきり体操	10:35	大抽選会（プログラム表紙番号）			
休　憩（10：45～11：00）							

◎演目の開始時間は前後する場合があります。

《展示発表及び展示即売》

（主催講座）パン講座『時短deパン』
（主催講座）フラワーアレンジメント～四季折々～
アドワイタ船木　船木コミセン茶道グループ　沼田川グループ
船木の歴史ロマンを語る会　パン教室
わくわく工房　ドリームせせらぎ　チューリップの会
広島国際空港株式会社　沼田川ファミリーグループ
自衛隊広島地方協力本部尾道出張所
JAひろしま・本郷女性部　MOA美術文化財団
伊藤書道教室　本郷地域更生保護女性会

※　閉会行事後に大抽選会があります。当日配付のプログラムに記載されている番号が必要になりますので、最後まで大切にしておいて下さい。

※　食事引換え券は先着350名様、お茶席引換え券は先着300名様、プログラム配付時にお渡しします。

◎　お茶席　⇒　ロビー　（9時～12時まで）
◎　炊き込みご飯・うどん・お茶　⇒　玄関前（大抽選会終了後）

お問い合わせは、船木コミュニティセンター　☎86－6731

体験講座

クリスマスにぴったりな！

ローストビーフと簡単グラタン

日　時　令和8年11月30日（月）10:00～13:00
場　所　船木コミュニティセンター
講　師　黒川有紀子
（かねしょうカフェ、シェフ&パティシエ）
対　象　大人
定　員　12人
会　費　1，200円（受講料200円含む）
申込期間　令和8年11月5日（木）～11月20日（金）
申込場所　船木コミュニティセンター　☎86－6731

焼き方・火入れが難しいローストビーフ。
柔らかくジューシーに仕上げる作り方を学び、
クリスマスの食卓を華やかにしてみませんか？

体験講座

保湿たっぷりな オリジナル石鹸を楽しく手作り！

日　時　令和8年12月9日（水）13:30～15:00
場　所　船木コミュニティセンター
講　師　福井美喜子
対　象　大人
定　員　10人
会　費　1，200円（受講料200円含む）
申込期間　令和8年11月10日（火）～11月30日（月）
申込場所　船木コミュニティセンター　☎86－6731

これからの時期にぴったりなスキンケア商品
保湿成分グリセリンを多く含む石鹸に
好みの色や香りを付けて
自分だけのオリジナル石鹸を作ってみましょう！

泡立ちはきめ細かく
洗浄後もツッパリ感が少なく
しっとりとした洗いあがり！
肌に優しい石鹸です。

体験講座報告

９月29日（火）、『ピラティスで快適な身体づくり』の体験講座を行いました。呼吸（胸式）を意識しながら、身体を滑らかに動かして筋肉に働きかけていきます。先生の実技や話を聞きながらお腹周りを重点的に体験してみると自分の身体の癖を知ることが出来ました。受講後には、日頃、使わない筋肉がよみがえったようで身体がすっきり、とても軽く感じることができたそうです。体幹の安定や筋力アップを目指して続けていきたいものですね。

消防訓練

９月18日（金）、消防訓練を行いました。
和室からの出火を想定して、『放送機器の扱い方』『現地確認・初期消火』『避難誘導』の訓練を行い、消火器の扱い方については点検業者に教えてもらいました。
館内利用の皆さんが安心・安全に使用できるよう、訓練をしていきたいと思います。

11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	日	BMTみはら、広島県中学校体育連盟	16	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
2	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	17	火	主催講座「パン講座『時短deパン』」、チョット卓球 船木卓球クラブ、本郷ダンスクラブ、オリーブC
3	火	パン教室　チョット卓球 船木卓球クラブ、本郷ダンスクラブ	18	水	ハートンスタジオ、本郷ハトミントンクラブ、水曜会 茶道グループ、三原クラブ
4	水	ハートンスタジオ、本郷ハトミントンクラブ、水曜会 スマイルヨガ、茶道グループ、三原クラブ	19	木	ひまわり、三原JBC、もみじ会、メケアロハハウオリ 沼田川FC（ハトミントン・ニュースポーツ）、スマイルヨガ
5	木	ひまわり、三原JBC、もみじ会、百花 沼田川FC（ハトミントン・ニュースポーツ）、エアリス	20	金	沼田川FC（卓球）、板岡まこと
6	金	椅子に座って健康体操、船木の歴史ロマン	21	土	PHXジュニアバレー、三原JBC、本郷クラブ
7	土	コミセンまつり準備	22	日	南部地区小学生バレーボール連盟
8	日	コミセンまつり	23	月	インテグラルヨーカ
9	月	ファンキーズ、沼田川FC（ミニテニス）、QTクラブ インテグラルヨーカ	24	火	チョット卓球、船木卓球クラブ、本郷ダンスクラブ 沼田川グループ、オリーブC
10	火	チョット卓球、船木卓球クラブ、本郷ダンスクラブ オリーブC	25	水	ハートンスタジオ、本郷ハトミントンクラブ、水曜会 すっきり体操、三原クラブ
11	水	ハートンスタジオ、本郷ハトミントンクラブ、すっきり体操 水曜会、三原クラブ、財産管理課（トローン講習会）	26	木	主催講座「フラワーアレンジメント～四季折々～」 ひまわり、三原JBC、もみじ会、エアリス、百花 沼田川FC（ハトミントン・ニュースポーツ）
12	木	主催講座「フラワーアレンジメント～四季折々～」 ひまわり、三原JBC、もみじ会、エアリス、百花 沼田川FC（ハトミントン・ニュースポーツ）、メケアロハハウオリ	27	金	沼田川FC（卓球）、アトワイタ船木、板岡まこと
			28	土	三原JBC、本郷クラブ、レイフラワーラブリー
13	金	沼田川FC（卓球）、財産管理課（トローン講習会）	29	日	BMTみはら
14	土	PHXジュニアバレー、三原JBC、本郷クラブ サンウィンクマジック	30	月	単発講座「クリスマスにぴったりな！ ～ローストビーフと簡単グラタン～」 ファンキーズ、沼田川FC（ミニテニス）、QTクラブ、百花
15	日	三原市ママさんバレーボール連盟			

ご利用申し込みは早めにお願いします。
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

回覧

令和8年 11 月1日

11 月

No.259

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

三原市民体育大会　本郷西地区の成績

10月11日(日)やまみ運動公園で三原市主催の「第18回三原市民体育大会」が開催されました。選手の調整に難航しましたが、当日は選手スタッフ合わせて62名が、けがもなく無事に大会を終えることができました。
結果はAクラス6地区ある中で5位でしたが、Aクラスの最強地区とともに戦えたことは大きな思い出となりました。来年度はBクラスとなりますが、再びAクラスに昇格できるよう、大会終了後には出場メンバーで固い決意を交わしました。

大会の様子

おしらせ　Androidスマホ入門講座　受講者募集

みなさん、スマートフォンを使いこなせていますか？
北方コミセンには、毎週数名、スマホの操作についての問い合わせがあります。
携帯電話の販売店に相談したいが、何をどのように聞いていいのかわからないと思っている方に朗報です。
この講座で、詳しく説明します。ぜひ体験してみてください。

日時:11月24日(火)15時30～17時00分
場所:北方コミセン　第1会議室
募集人数:10名(18歳以上)　先着順
受講料:200円　スマートフォン（Android）
申込:11月5日(木)～11月19日(木)
申込先:北方コミセン　0848-86-6237

北方支部対抗！　球技大会
参加者募集中！

12月6日(日)に「第16回支部対抗球技大会(ビーチボールバレー大会)」を開催します。回覧に添付した参加申込書にご記入いただくか各支部役員へご連絡ください。皆さんのご参加をお待ちしております。
(初めて参加される方も大歓迎です)　申込み締切り日:11月27日(金)
練習日:11/26(木)・12/3(木)　19:00～21:00　北方コミセン大ホールにて行います。支部は問いません。皆さんで一緒に練習しましょう！
※詳しくは回覧をご覧ください。
バレーの参加条件:中学生以上の北方にお住まいの方
お問合せは、北方コミセンまで　TEL:0848-86-6237

裏面につづく

単発講座　はじめての AI 講座の様子

9月29日(火)、「はじめての AI 活用講座」を開講しました。講師を務めたのは当コミセンの安広相談員。参加者12名がスマートフォンを片手に、「AI とは？」という基本から、AI を使って情報を調べる方法、音楽やイラストを生成する方法など、実際にスマホを操作しながら楽しく学びました。
受講者からは、「普段からスマホで検索しているけれど、知らないうちに AI を活用していた！」という声も聞かれ、AI を使っているという意識がなくても、すでに身近なところで活用していたことに驚く場面もありました。これからは、AI を上手に活用して、賢く・時短で・手間なく、毎日の暮らしをもっと便利にしていきたいですね。

AIについて学ぶ受講者

中国大会出場　おめでとう！

当コミセン登録団体「三原市スポーツ少年団　三原バレーボールクラブ」(指導者兼代表者：藤井覚草さん)が広島県代表4チームを選抜する大会を勝ち進み、11月14日(土)に島根県で行われる「中国大会」に出場することになりました。
団体の会員は男子もいますが、今回出場するのは三原市内の中学生女子会員で編成されたチームです。
中国大会でも上位入賞を目指して頑張ってください！

(主)三原市主催講座
(単)三原市単発講座

11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
1	日	サロンリッケ、ピックルみはら
2	月	希望会、北方卓球クラブ
3	火	100歳体操、三原ﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙｸﾗﾌﾞ
4	水	和楽日、北方太極拳、MJ
5	木	ラッキーズ、BKS
6	金	なしわ陶芸、ほんごうきずな、ニコニコ筋トレ 北方未来、めいきゅう
7	土	ピックルスマイル、北方盆踊り保存会、ラウレア、 PHXジュニア、フェニックス
8	日	トロピカルピックル、ピックルみはら
9	月	北方卓球クラブ
10	火	北方フォークダンス、100歳体操、三原ﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙｸﾗﾌﾞ
11	水	和楽日、北方太極拳、MJ、(主)Excel実習講座
12	木	ラッキーズ、BKS、フェニックス、北方未来(とんど)
13	金	ほんごうきずな、ニコニコ筋トレ、めいきゅう
14	土	ピックルみはら、ラウレア
15	日	太極拳A

日	曜日	利用団体又は行事名
16	月	北方栄養学級、北方卓球クラブ
17	火	スッキリ体操、梨羽探偵団、100歳体操
18	水	和楽日、北方太極拳、バトン同好会
19	木	ラッキーズ、BKS、フェニックス
20	金	ほんごうきずな、ニコニコ筋トレ、めいきゅう
21	土	ピックルスマイル、ラウレア、PHXジュニア、フェニックス
22	日	ピックルみはら
23	月	北方足もみの会、卓球クラブ
24	火	北方フォークダンス、100歳体操、(単)スマホ講座 三原ﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙｸﾗﾌﾞ
25	水	和楽日、北方太極拳、MJ、(主)Excel実習講座
26	木	北方陶芸、茶道教室、お楽しみクラブ、ラッキーズ、BKS 北方コミセン　ビーチボールバレー練習会
27	金	北方陶芸、ほんごうきずな、ニコニコ筋トレ、めいきゅう
28	土	ラウレア、PHXジュニア、フェニックス
29	日	北方未来自主防災会　防災訓練
30	月	北方卓球クラブ

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

11月 南方コミセンだより

第 329号

令和8年11月 1日

三原市内の生涯学習だより
二次元コード

防災訓練・防災研修会の開催

〈昨年の様子〉簡易テントについての説明

１１月２１日（土）９：００～

南方コミセン大ホールで

防災訓練・防災研修会を開催します。

全国各地で地震や水害が多発しております。いつ起こるのかわからない災害時の備えや対策について一緒に学びましょう。

消防訓練・AED 講習会

消防署職員を講師に迎え、消防訓練・避難訓練・AED講習会を行いました。

消火器を使用する時の注意点について

① 消火が可能な場合、１１９通報の前にまず消火器を使用しての消火を試みる。
② 先に逃げ場を確保してから消火を始める。
③ 炎ではなく燃えている物体を目掛けて噴射する
④ 消火を終えて避難が必要な時には部屋のドアを閉めてから逃げる。（火災の蔓延を防ぐため）

※家庭に設置している消火器は定期的に逆さまにしてふるなど中の粉が固まらないようにしておきましょう。

第18回三原市民体育大会

１０月１１日、秋晴れの青空の下、第１８回三原市民体育大会が開催されました。年々参加チームが減少する中、本郷西チームはＡクラスに出場しました。Ａクラス６チーム中での順位は５位でしたが、玉入れ、ラグビーボール蹴り、ボール運びで２位になるなど大健闘しました。参加、ご協力ありがとうございました。

裏面に続く

11月　霜月（しもづき）　～季節ごよみ「帰り花（かえりばな）」～

晩秋から初冬にかけて春のような暖かい日がつづくことを小春日和（こはるびより）といいます。小春日和に季節を間違って咲いてしまう花が「帰り花」です。帰り花は、梅・桜・梨・ツツジなどが知られています。また、忘れた頃に咲くことから「忘れ花」ともいわれ、他にも「二度咲き」「狂い咲き」などと呼ばれています。帰り花は古くから冬の季語として使われており、江戸時代を代表する俳人、松尾芭蕉も帰り花を使った俳句を詠んでいます。

『凩や　匂いやつけし　帰り花』　こがらしや　においやつけし　かえりばな

（木枯らしの冷たい風の中に感じる匂いは帰り花のつけたものだろうか）というような意味合いですが、去り行く季節の中に感じる無常観を織り込んだ味わい深い俳句となっています。

令和８年１１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	日		15	日	にまーず
2	月	サロンみとしろ・はーとクラブ・気功 マーガレット・南方カラオケ同好会	16	月	サロンみとしろ・はーとクラブ・気功 マーガレット・南方カラオケ同好会
3	火	愛碁会・ニコニコ筋トレ・3B 体操・Ray	17	火	愛碁会・ニコニコ筋トレ・3B 体操・Ray
4	水	心	18	水	和太鼓同好会・心
5	木	（主）リズム体操・百歳・太極拳	19	木	麺打ち・百歳体操・太極拳
6	金	折り紙教室・アップルB・健康体操	20	金	アップルB・健康体操・クイーンクッキング
7	土	麦の会・こすもす体操	21	土	（主）ポルドブラ・防災研修会
8	日		22	日	南風エイサー隊
9	月	サロンみとしろ・絵手紙・マーガレット	23	月	サロンみとしろ・絵手紙
10	火	楽しいパン・愛碁会・ニコニコ筋トレ やよい会・Ray	24	火	そばの花・愛碁会・ニコニコ筋トレ やよい会・フランス刺繍・Ray
11	水	足ツボ・民謡秀諒会・歌声キャンディー	25	水	民謡秀諒会・和太鼓
12	木	（主）身体ととのえヨガ・百歳体操・カンフー	26	木	ととのえヨガ・百歳体操・カンフー
13	金	食推・健康体操	27	金	健康体操
14	土	レイフラワーラブリー本郷	28	土	
			29	日	
			30	月	サロンみとしろ・マーガレット

「チームワークで笑顔の優勝」

三原特別支援学校高等部の生徒が「チャレンジコーヒーバリスタ」全国大会に出場し、なんと最優秀賞に選ばれました。大会前の練習会にコミセンの利用者有志が参加しました。丁寧な所作で淹れられたコーヒーからは、大会に臨む気迫や「飲んで笑顔になってもらいたい」という思いが直に伝わってくるようでした。

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。

☎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