



男性料理教室開催

一月二十四日(土) 男性料理教室を開催しました。メニューは豚肉の生姜焼き、きんぴらごぼう、ほうれん草のおひたしと味噌汁です。三原市食生活改善推進員の講師二名による丁寧な指導により、上手に料理をつくることができました。

女性の社会進出が著しい今日この頃、男性は家事に進出せざるを得ません。男性の皆さん、これからの料理の腕を磨きましょ。



認知症予防講座

十二月十八日(木) 幸崎町老人クラブ連合会主催の認知症予防講座が開催されました。三原市高齢者福祉課の講師によるわかりやすい説明があり、参加者は熱心に聴講していました。

認知症や要介護は、他人ごとではありません。できるだけ健康寿命をのばすよう心がけましょ。



コミセンワックスがけ

一月十一日(日) 幸崎コミセン床のワックスがけを行い、きれいになりました。利用者の皆様、これからも使用後は清掃して、みんなが気持ちよく使用できるように協力お願いします。

干支の作品紹介 (ひつじ)



さゆり会 (編み物)



レザークラフト

幸崎町文化祭、健康マラソン大会&徒歩大会のご案内

2月15日(日曜日)、幸崎町文化祭と健康マラソン&徒歩大会が開催されます。作品展示、囲碁将棋大会とバザーは幸崎コミセンで、芸能発表は幸崎小学校で行われます。健康マラソン大会&徒歩大会は幸崎中学校を出発地点として行われます。町民の皆さん、この機会に是非ご来場、ご参加ください。

体験講座のお知らせ

チエアピクス

主催講座チエアピクスの体験講座です。
日時 二月十二日(木)
十三時三十分から十五時
場所 幸崎コミセン集会室
対象 大人
定員 十五名
参加費 百円(受講料)
持参品 運動できる服装、飲み物、タオル
申込期間 二月二日～二月十日

けん玉教室

脳の活性化にも効果があると言われて
いるけん玉を始めてみませんか。
日時 三月十八日(水)
十三時三十分から十五時
場所 幸崎コミセン集会室
対象 大人
定員 二十名
参加費 百円(受講料)
持参品 なし
申込期間 三月二日～三月十六日
(申し込みはいずれも幸崎コミセンへ)

二十七年 幸崎コミセン 主催講座

● 歌謡教室 講師 西原一満

第一・三 火曜日 十三時半～

● チエアピクス 講師 松本久美子

第二・四 水曜日 十三時半～

申し込み方法は広報みはら二月号に掲載されます。