

# 南方コミセンだより

第175号

平成25年10月1日  
南方コミュニティセンター  
TEL 86-4858

## 祝 敬老会



9月16日(祝) 南方地区社会福祉協議会、(南方地区女性会共催)による敬老会が盛大に開催されました。

厳粛な式典の後、各地区の皆さんによる(コーラス・踊り・カラオケ・傘踊り・フラダンス・しの笛演奏・フオークダンス)等の演芸で敬老者の方たちは楽しく過ごされていました。最後は南方女性会と出演者の皆さんで賑やかに「臨空港ほんごう大音頭」で終了しました。

これからもますますお元気で過ごされますことを心より祈念いたします。



## 簡単で バランスの良い料理



- ・簡単パエリア・ミネストローフ
- ・キャベツとえのき茸の酢の物
- ・デザート



9月20日(金) 10:00から南方コミセン調理室において、男性料理教室(簡単でバランスの良い料理)を行いました。

南方食推の皆さんの優しく的確な指導で、参加者のみなさんはとても手際よく調理され、初めて参加された方も思ったより簡単にできましたと満足そうでした。出来上がった料理を味わいながら会話も弾み、コミュニケーションの輪も大きく広がっていました。

## 長寿会の皆さんと一緒に竹細工



8月23日(金) 10:00から南方地域の長寿会と西長寿会の皆さんによる竹細工教室が行われました。南方小学校4年生21人が参加し、切り出しナイフ、のこぎりなどを使って竹箸・水鉄砲・ペン立て・花入れ等を作りました。長寿会の皆さんの優しく丁寧な指導で、怪我もなくりっぱな作品ができました。

## 消防訓練



9月2日(月) 南方コミセンの消防訓練を実施しました。フオークダンス講座の皆さんにご協力いただき、避難誘導、消火器の使い方について学習していただきました。

## 今後の体験教室等のお知らせ

### オシャレな クラフト お手軽バッグ

- ★ 日時 10月29日(火) 12:30~17:00
- ★ 場所 南方コミセン 研修室
- ★ 会費 900円(受講料込)
- ★ 持参物 ものさし・はさみ・木工用ボンド  
洗濯ばさみ(10ヶ)・文鎮(あれば)
- ★ 申込先 南方コミセン 86-4858



- 秋色 三色
- \* ホワイトミックス
  - \* ココアミックス
  - \* チョコミックス
- 三色の中から1色選んでください。

出来上がり作品が南方コミセンにありますので、ご覧ください!

### 第9回 三原市民体育大会のご案内

- ☆ 日時 10月13日(日) 9:00(小雨決行)
- ☆ 場所 三原運動公園

厳しい暑さも和らぎ、少しずつ秋の気配を感じる頃となりました。スポーツの秋! 今年も本郷西チーム(船木、北方、南方地区合同編成) 選手は大会に向け頑張って練習してきました。皆さんの大きな声援をよろしくお願いします。

### 陶芸体験講座 福を呼ぶ...ふくろうの置き物 11月下旬 予定



詳細については、11月号でご案内いたします!

### 10月の利用予定 (9月20日受け付け分まで)

日 曜	利用団体名又は行事名	日 曜	利用団体名又は行事名
1 火	・愛基会・リフレッシュ3B・空手	16 水	・クイーンクッキング・すみ絵教室・MTハンダース
2 水	・すみ絵教室・民謡秀涼会・MTハンダース	17 木	・麵打ちくらぶ・太極拳
3 木	・太極拳	18 金	・ビーズ教室・クイーンクッキング・フライデエズ
4 金	・フライデエズ	19 土	・貞丸会
5 土	・貞丸会	20 日	・ハピネスクラブ・南風エイサー隊・にまーず
6 日	・南風エイサー隊	21 月	・気功の会・絵手紙・マーガレット・カラオケ・アミューズ
7 月	・気功の会・絵手紙・マーガレット・カラオケ・アミューズ	22 火	・愛基会・空手
8 火	・愛基会・やよい会・空手	23 水	・ひだまりサロン・キララの会
9 水	・体験講座(園芸教室)	24 木	・カンフークラブ
10 木	・カンフークラブ	25 金	・すみれ会・ミニテニス
11 金	・ビーズ教室・食推・すみれ会・ミニテニス	26 土	・アットホーム・S T J
12 土	・地区社協・キララの会・アットホーム・S T J	27 日	・小舟木子ども会
13 日	・三原市民体育大会	28 月	・絵手紙・マーガレット
14 月	・	29 火	・体験講座(クラフトバッグ) 愛基会・空手
15 火	・愛基会・リフレッシュ3B・放課後子ども教室・やよい会・空手	30 水	・民謡秀涼会
		31 木	・地区社協(さくらんぼの会)

コミセンの利用について また、ご意見・ご要望なんでも気軽にお寄せください。

TEL 86-4858 南方コミュニティセンター 生涯学習相談員 水野 武文・名越 理恵

