



南方コミセンだより

第 237号

平成31年 3月1日

南方コミュニティセンター

TEL 86-4858

南方 サロン「みとしろ」 始まりました



手打ちそば実演の様子・この後
皆さんで美味しくいただきました



春の訪れを告げる立春の2月4日、南方サロン「みとしろ」が南方コミセンでオープンしました。多くの皆さんのご尽力とご協力により、初日は30人を超える参加者で一日中和やかで新鮮な雰囲気に含まれていました。賑やかな声が行き交う中で、お茶を飲みながら会話したり、ゲームに集中したりと心地よさそうでした。立ち上げまでには大変なご苦労もあったことと思いますが皆さんの楽しそうな様子に心温まる思いでした。

今後も毎週月曜日（10時～15時）に開かれます。どうぞお気軽にお越しください。ボランティアスタッフ一同心よりお待ちしております。

講座紹介

百歳体操&筋トシ・脳トシ



“いつまでも元気でいきいきとした生活を送るために楽しく筋力アップできる”「いきいき百歳体操」です。南方コミセンでも毎週木曜日13:30～15:00まで、楽しく行っています。イスに座ってDVDを見ながら筋力体操、その後タオルを持って手足の運動や肩甲骨を開いたり縮めたりと、ゆっくりとできる範囲で無理なく行なっています。一人ではなかなか続かない運動も一緒にすると楽しいですよ。・・・みなさんご一緒にいかがですか。

地域探訪

とんど



旧暦に合わせ2月3日(日)日名内地区(2号線)沿いの田んぼの中に真竹・檜の枝を使い立派な“とんど”が作られました。一週間後に無病息災・豊作を祈願して火が点けられました。各地域でも伝承行事として大切に継続されているようです。

平成31年度 主催講座のご案内

☆ 楽しく若返り体操 定員25名

第1・3 金曜日

13:30～14:30

☆ ワイヤークラフト講座 定員20名

第3 金曜日

13:00～15:00

※ 詳細は広報「みはら」3月号をご覧ください。
うえ往復はがきでお申込みください。

※ 問い合わせ先 南方コミセン

☎ 86-4858

第19回 南方ふるさとふれあい祭

❖ 日時 平成31年3月3日(日) 9:30 開演

❖ 場所 南方コミュニティセンター

❖ 催し ☆ 舞台発表 ・ 作品展示



☆ 食品バザー (炊き込みごはん・うどん)

☆ 喫茶コーナー (抹茶セット・コーヒーセット・紅茶セット)

コミセン利用団体 安芸本郷太鼓 本郷西小学校斉唱・合奏

本郷中学校吹奏楽部の演奏 和太鼓・三味線・しの笛演奏 ギター演奏

皆様のご来場をお待ちしています



3月の利用予定(2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	金	アップルB・ワイヤークラフト・地区社協	17	日	お遊びキャラバン隊・南風エイサー隊
2	土	折り紙教室・ふれあい祭準備・シンフォニック	18	月	サロンみとしろ・絵手紙らんど・マーガレット
3	日	第19回 ふるさとふれあい祭			気功の会・南方カラオケ・アミューズ
4	月	サロンみとしろ・絵手紙らんど・マーガレット	19	火	愛碁会・そばの花・リフレッシュ3B・空手
		気功の会・南方カラオケ・アミューズ	20	水	クイーンクッキング・MTハンダース
5	火	愛碁会・リフレッシュ3B・空手同好会	21	木	麵打ちクラブ・百歳体操・太極拳
6	水	MTハンダース	22	金	ひよりや絵手紙・長寿会・若返り体操・すみれ会
7	木	百歳体操・太極拳	23	土	アットホーム
8	金	ひよりや絵手紙・若返り体操・すみれ会・地区社協	24	日	にまーず
9	土	STJ・アットホーム	25	月	サロンみとしろ・マーガレット・QTクラブ
10	日	にまーず	26	火	愛碁会・やよい会・空手同好会
11	月	サロンみとしろ・マーガレット・QTクラブ	27	水	ひだまりサロン・古布のリメイク・SIGMA
12	火	愛碁会・やよい会・空手	28	木	百歳体操・カンフークラブ
13	水	歌声キャンディー・古布のリメイク・SIGMA	29	金	若返り体操
14	木	百歳体操・放課後こども教室・カンフークラブ	30	土	
15	金	アップルB・クッキング・若返り体操・ワイヤークラフト	31	日	
16	土	女性会・西小			



コミセンの利用について ご意見・ご要望なんでもお気軽にお寄せください

南方コミュニティセンター ☎ 86-4858

生涯学習相談員 名越・竹之内