





5/10 
はじめてのクラフト開講



5/16  笑ってうきうきハッピー体操開講 



いよいよ、主催講座が
開講しました!!

鷺浦コミュニティセンターだより

双鷺洲

発行
鷺浦コミュニティセンター
生涯学習相談員
益岡 あゆみ
電話/ FAX: 0848-87-5004
Eメール: sagiurac@mail.mcat.ne.jp



募集中!



◎自主講座 (詩吟教室・絵手紙講座・百歳体操)
◎主催講座 (笑ってうきうきハッピー体操・はじめてのクラフト)
共に、随時受付ています。

☆お申し込み・お問い合わせは…
鷺浦コミュニティセンター
87-5004 益岡まで

町内の皆様、一緒に
海浜セラピーを体験してみませんか?

～ 浜辺でリフレッシュ♪ ～
青空の下、五感を研ぎ澄まし、
ゆっくりと深呼吸…
日頃のストレスを忘れて、
解放感に包まれてみましょう。
きっとあなたも、島の力を感じるはず!!

参加者募集中

俳句・短歌

・しづくをも緑に染めて春の雨
・子供の日小さくなりし靴先幸
あかんたれ

・匂ひ立つ島いっぱいの花みかん
・そら豆や空に向ひてそそり立つ
ぶんか

・老刀自の背を見護る夕端居
ゆうはしい

・夜香木静謐な闇へたゆたへり
せいひつ

一草

6.23 (日) 浜辺でリフレッシュ 海浜セラピー® in さぎしま

集合	8:40【出発8:50】/JR三原駅(南口)	
解散	15:40頃 / JR三原駅(南口)	
参加費用	3,000円(保険料、食事代、資料代、セラピー体験費) ※別途、乗船料<大人>往復1,020円が必要です。	
距離	約2km 定員 50名	
お申し込み お問い合わせ	三原観光協会うきしろロビー観光案内所 0848-67-5877(平日/9:00~18:00) FAX:0848-67-5911 info@mihara-kankou.com 〒723-0014 三原市城町1-1-1	予約が必要です 締切…6/16(日) 申込は電話・FAX・ メール・ハガキで 受け付けています。

オススメ POINT
三原駅>三原港(船)>鷺港(佐木港)>大野浦海岸で海浜セラピー体験>セラピーランチ(昼食)>セラピーロード散策(恋する灯台など)>鷺港(佐木港)(船)>三原港>三原駅

日本初の海浜セラピーを体験できます。綺麗な海と空のもと、浜辺の気持ち良さを五感で感じ、セラピーストレッチで体と心を解放させ、心身共にリラックス・リフレッシュできます。島で採れた食材を使ったヘルシーなセラピーランチで体の中からパワーチャージ!ボランティアガイドがご案内します。

《6月町内行事予定》
2日(日) 町内グランドゴルフ大会
18日(火) 元気さぎしま協議会
21日(金) トライアスロン係別打合せ会議