

# 東野校区コミュニティセンター

## Azumanokoku Communitycenter

～ 休館日 ～

6/20、6/30

7/18、22、23、31

# ひまわり館 東野だより

第161号  
2021/ 6/ 15  
小郡市三沢 83-1  
TEL&FAX: 75-7066  
携帯: 080-3436-3683  
担当: 冷川

緊急事態宣言の発令により、6月20日(日)まで臨時休館となっております。館の利用・講座の詳細について不明な際は、「ひまわり館東野」まで御問合せください。

なお、新型コロナウイルス感染拡大の状況により、今後の講座が中止又は延期となる可能性もあります。最新の情報は「ひまわり館東野ホームページ」でご確認ください。こちらの二次元コードを読み取るとホームページをご覧いただけます。



## 主催講座の御案内

※講座の募集は定員になり次第締め切ります

### “夏”の子ども チャレンジ教室

【定員】各20人(幼児～小学生)

【参加費】無料

【お持ちいただくもの】水筒・タオル・運動できる服装  
※必ず保護者同伴でお願いします。

#### 【第1弾】新体操体験

7/11(日) 幼児: 10:00～10:45  
小学生: 11:00～11:50

リボンなどを使って楽しく踊ってみましょう！  
正しい姿勢を身につけることができ、柔軟性のある  
身体づくりにも効果的です。

#### 【第2弾】シークンドー(截拳道)体験

7/17(土) 10:00～11:30

(シークンドーとは?)

カンフーの技術にレスリング・ボクシング・合気道や柔道など、幅広い技術を取り入れた武術です。

#### 【第3弾】バレエ体験

8/21(土) 10:00～11:30

バレエを通して音楽に合わせながら踊る楽しみを  
体験してみましょう！

### ひまわりカフェ

【日時】毎月第2・4火曜日 13:00～16:00

途中参加、途中退出OKです！都合のよい時間にお気軽にお越しください。楽しいおしゃべりで身近な情報を共有したり、簡単な体操や脳トレ、ゲーム、講座などを実施しています。

【場所】ホール

【定員】30人

【参加費】無料



玉入れゲームで交流

### 生き生き くらしのセミナー

7月2日(金)より開始!

【日時】毎月第1金曜日 10:00～11:30

【場所】ホール

【定員】10人(※全日程参加できる方)

【参加費】無料

(講座の内容により材料費がかかる場合有り)

第1回目は年間テーマを決めます。

今年度のセミナーは、講座生の学んでみたいこと(市政・健康・お金・環境 etc...) 作ってみたいもの(手芸・料理)など、様々な分野のやってみたいことにチャレンジします。

男性の方の参加も大歓迎です。

昨年度のセミナーで開催した「腸内ケア」「運動不足解消ケア」の様子



開催予定

### 歴史講座

東野校区内にある3つの神社について小郡市役所文化財課 杉本岳史さんよりお話ししていただきます。詳しい内容・開催日は、今後の「ひまわり館だより」「ホームページ」でお知らせします。

【参加費】無料

【時間】10:00～11:30

【場所】ホール

【定員】30人

【内容】第1回 「西島竈門神社」

第2回 「黒岩稻荷神社」

第3回 「大原神社」

講座の予約・問合せはひまわり館東野へ 電話(75)7066

## 主催講座の御報告



### 3/19 口腔ケア

口の中はしっかりケアし、食べ物もしっかり噛むことが大切だと再確認しました。



### 3/24 SNS講座

LINEやTwitter、フェイスブックなどの活用術や、スマートフォンを使っての写真撮影のコツを学びました。



### 4/2 マスクスプレー作り

自分の好きな香りを選び、アロマスプレーを作りました。天然オイルの香りでとても癒された時間となりました。

息の吐き方(タンギング)や指の使い方を教えていただき、みなさんずいぶん上達されているようです。



### 3/25 朝ヨガ

ゆっくりとした呼吸と動きで、心も体もリラックスされていました。



### 4/14・28 鍵盤ハーモニカ

## お知らせ

楽しく

新しい  
サークルのご紹介

集える場

### 鍵盤ハーモニカ

【活動日】毎月第2・4水曜日  
10:00～11:30

【講師】松村妙子さん

【内容】音楽に触れながら、指を使い呼吸をすることで身体的なトレーニングにもつながります。男性の方も大歓迎です。

### 休息のためのやさしいヨガ

【活動日】毎月第1・2・3土曜日  
①9:15～10:15 ②10:30～11:30

【講師】仲田さちこさん

【内容】深いリラクゼーションをもたらす、心と体に休息をもたらすヨガです。初めての方でも安心して始めることができます。

### ～環境・衛生部会～ 「ひまわりプロジェクト」

昨年より、校区のシンボルの花「ひまわり」の種を東野校区の全世帯に配布しています。今年も校区内にひまわりの花をたくさん咲かせましょう！種の予備はひまわり館にありますので、必要な方はご来館ください。また、花が咲きましたらひまわり館東野まで写真またはデータをお持ちいただくか、メールにて送ってください。

メールアドレス:

[azumano-machidukuri@huk.bbq.jp](mailto:azumano-machidukuri@huk.bbq.jp)



### ゴーヤの苗を植えました

ひまわり館東野の正面玄関横と和室の前にゴーヤの苗を植えました。和室前にはネットを2か所設置し、昨年を上回る収穫を目指しています。これから夏に向けて「緑のカーテン」ができあがるのがとても楽しみです。ゴーヤの成長の様子もホームページで紹介していきますので、どうぞご覧ください。

### 異動の御挨拶

～お世話になりました～

この度、「緑の里くろつち会館」へ異動となりました。ひまわり館には2年間の在籍でしたが、東野校区の皆様やひまわり館を利用される皆様に、いつも優しく温かい心で接していただき楽しく過ごすことができました。ありがとうございました。

富永有紀

～よろしくお祈りします～

4月1日より「のぞみがおか生額館」から異動してまいりました。3年前までひまわり館東野に在籍しており、東野校区の皆様や館をご利用の皆様とまた一緒に活動し、学べることを嬉しく思っております。どうぞよろしくお祈り致します。

冷川徳子