

東野校区コミュニティセンター Azumanokoku Communitycenter



ひまわり館

東野だより

休館日：7/17・7/18・7/31・8/11・8/13～8/15・8/21・8/31

第168号
2022/7/15
小郡市三沢 83-1
TEL&FAX：75-7066
携帯 080-3436-3683
担当：江嶋
ひまわり館東野
ホームページ



主催講座・まち協イベントのご案内

夏休み子ども講座

グランドピアノ体験 青少年育成部会主催

ひまわり館のグランドピアノに触れよう！
【日時】7月24日(日) ①13:00～
②14:00～ ③15:00～ ④16:00～
【日時】8月20日(土) ①9:00～
②10:00～ ③11:00～ 各50分
要予約(希望の日時をお知らせください)

「紙コプター」作って遊ぼう！

ファイバークラフト紙を使ってオリジナルの
かみコプターを作って飛ばそう！
【日時】8月10日(水) 10:00～11:30
【場所】ひまわり館東野学習室
【内容】かみコプター作成
【材料費】300円
【持ってくるもの】2Bか3Bのえんぴつ
水彩絵の具道具・キッチンバサミ
マスク・飲み物
【定員】10人(要予約 先着順)

親子deパン作り

夏休み親子でパン作りしませんか？
【日時】8月6日(土) 10:00～12:00
【場所】ひまわり館東野調理室
【内容】ちぎりパンとデザート
【材料費】1,000円
【持ってくるもの】エプロン・三角巾
マスク・飲み物
【定員】親子8組(要予約 先着順)
【申込締切】7月30日(土)

親子deピラティス 青少年育成部会主催

筋トレのような運動で体幹を鍛えていく
エクササイズです、この機会に親子で体
験してみませんか？
【日時】8月20日(土) 11:00～12:00
【場所】ひまわり館東野和室
【定員】親子14組(要予約 先着順)
【持ってくるもの】運動できる服装
マスク・飲み物
【申込締切】8月10日(水)

ひまわりカフェ P

【日時】7月26日(火) 13:00～
【内容】介護保険(種類・利用の手順など)
【日時】8月9日(火) 13:00～
【内容】マイナンバーカードの作成
【日時】8月23日(火) 13:00～
【内容】マスクデコレーション

生き生き暮らしのセミナー P

【日時】8月5日(金) 10:00～
【内容】夏バテ予防講座
食材選び・料理・食べ方について
【材料費】実費
【日時】9月2日(金) 10:00～
【内容】ストレッチ運動

歴史で健康脳トレ P

市政50周年にちなみ、小郡市の歴史を振り
返りましょう！
【日時】9/5(月)、10/3(月)、11/7(月)
12/5(月) 各日 10:00～11:30
【場所】ひまわり館東野大ホール
【内容】小郡市の50年を振り返る
【講師】小郡市埋蔵文化財調査センター職員
【定員】40人(要予約)
【持ってくるもの】マスク・飲み物
【申込締め切り】8月30日(火)

P このマークは65歳以上の方を対象に、高齢者の健康増進・フレイル予防を目的としたポイント対象事業です

講座の予約・問合せはひまわり館東野へ 電話(75)7066

ウォーキング講座 P

みんなでウォーキングマップを作りましょう！
【日時】7月20日(水)、8月17日(水)
9月21日(水) 各日 10:00～
【場所】ひまわり館東野大ホール
【内容】ひざ・腰・関節痛みについての講義、
軽い運動の後、みんなでウォーキング
マップを作成
【講師】福岡志恩病院 理学療法士
【持ってくるもの】運動ができる服装、マスク、
飲み物
【申込み】ひまわり館東野へ

第6回笑って健康落語会 健康福祉部会主催

恒例の落語会、今年は3年ぶりに開催します。
大いに笑って、暑さを吹き飛ばしましょう！
【日時】8月28日(日) 10:00～11:30
【場所】ひまわり館東野大ホール
【演者】粗忽家酔書(そこつやよいしよ)さん
【内容】落語、紙切り
【定員】80名(要予約) **入場無料**
※ 詳細は、8/1の回覧又はひまわり館にお問
合ください

講座のお申し込みは、こちらからも可能です



主催講座の報告

ウォーキング講座

6月絶好の晴天の中、ひまわり館東野から、西島区内を通る、約2.3kmのコースを気持ちよくウォーキングしました。皆さんもぜひ参加してみませんか！



ひまわりカフェ

皆さんで多肉植物を使った壁飾りを作りました。それぞれ個性ある作品ができました。



サークル発表会 in summer

3年ぶりにサークル発表会を開催しました。サークル生の皆さんは、日頃の成果を思う存分発揮し、たくさんのお見学者も訪れ大変盛り上がった一日でした。



7月・8月の行事予定

月日	曜日	内容	月日	曜日	内容
7月17日	日	休館日	8/13(土)～15(月)	休館日(お盆休み)	
7月18日	月	休館日(海の日)	8月17日	水	ウォーキング講座
7月20日	水	ウォーキング講座	8月20日	土	親子deピラティス
7月24日	日	グランドピアノ体験	8月20日	土	グランドピアノ体験
7月26日	火	ひまわりカフェ	8月21日	日	休館日
7月31日	日	休館日	8月23日	火	ひまわりカフェ
8月5日	金	くらしのセミナー	8月28日	水	笑って健康落語会
8月6日	土	親子deパン作り	8月31日	水	休館日
8月9日	火	ひまわりカフェ	9月2日	金	くらしのセミナー
8月10日	水	紙コプター作って遊ぼう	9月5日	月	歴史で健康脳トレ
8月11日	木	休館日(山の日)	9月13日	火	ひまわりカフェ

