

三池町 健康教室

毎週月曜日 13時30分から三池町公民館で行われている健康教室をご紹介します！

この日は講師に東部地域包括支援センターの職員さんをお迎えして、10種類の体操を行っていました。

三池町で体操が始まって2、3週間ですが効果が出ているそうです。皆さん笑顔で楽しそうに取り組んでいました。

参加者の皆さんからは、「楽しかった」「笑いながら出来た」

「まあまあきつい」「体調が良くなった」などの声が聞かれました。



6月の予定

8日(土) アリタチャレンジクラブ第1講

「月出山岳にチャレンジ」

17日(月)～21日(金) 5日間連続

「スマホ講座 初級編」

19日(水) 子育てサロン

「虫歯予防の講話」

26日(水) 生き生きクラブ第1講

「懐かしの唱歌を歌おう」

女性セミナー第1講

「開講式・椅子ヨガ」

28日(金) 西有田歴史教室第1講

「市内の城跡について」

【発行】

西有田公民館日田市石松町2927-1

TEL:22-4702 FAX:22-9502

館長:平塚 英利 主事:川崎 聡子

【西有田地区】(令和6年3月末時点)

世帯:1,192 世帯 人口:2,877人

(男性:1,411人、女性:1,466人)



地域の方よりお花をいただきました



とてもきれいな大輪の芍薬を地域住民の方よりいただきました。

折り紙教室の作品も一緒に飾らせていただき、ロビーがパッと明るくなり、来館される方々から「いい匂いだね」「綺麗だね」と喜びの声が聞かれました。

ありがとうございました！！

みんなの料理教室 受講者大募集！！

対象：西有田地区在住の成人の方
期間：令和6年7月～令和7年2月(全6回)

講師：諫山 洋子 先生

会費：3,000円(年間)

募集人数：10名程度

開催日：7月28日(日)

9月29日(日)

10月27日(日)

11月24日(日)

12月22日(日)

2月16日(日) 予定

時間：午前10時から2時間程度

申込締切 令和6年6月30日まで

季節の食材を使いながら、講師の先生に丁寧に料理を教えてください。

料理初心者の方、料理が好きな方、どなたでもご参加下さい！

皆さんの参加をお待ちしています



昨年度の料理教室の様子

有田川

第284号
令和6年6月1日

【題字】

森山 陽梨

(有田小 6年)

西有田歴史教室

参加者募集中

対象：西有田地区在住の方ならどなたでも

実施日：令和6年6月28日(金)

午前10時から

場所：西有田公民館

講師：日田市立博物館 行時 志郎 氏

「市内の城跡について」

申込締切 令和6年6月20日まで

生き生きクラブ

参加者募集中

対象：西有田地区在住の高齢者

実施日：令和6年6月26日(水)

午前10時から

場所：西有田公民館

講師：森山 隆芳さん 樋口 秀人さん

「懐かしの唱歌を歌おう」

申込締切 令和6年6月20日まで

お申し込みは、西有田公民館(☎22-4702)にご連絡いただくか、

下記申込書にご記入の上、西有田公民館へご持参ください。

キリトリ

参加したい教室名	氏名	ご連絡先
	ふりがな	〒
		☎

子育てサロン



5月15日(水)西有田地区社会福祉協議会主催による、子育てサロンが開催されました。講師に後藤朋子さんをお招きして、音楽に合わせてリトミックを楽しんだり親子で工作をしたり元気いっぱい過ごしていました。

地区社協の皆さんが、栄養満点で美味しいご飯を作ってくれ、みんなでお昼ご飯を食べて笑顔での解散となりました。

西有田公民館での子育てサロン、次回は6月19日(水)の予定です。



自主学习教室のご紹介

ヨガ教室



毎週金曜日午前10時から11時30分まで西有田公民館2階和室で活動しているヨガ教室にお邪魔しました。

リラックスできる音楽が流れる中、講師の小関ひとみさんのご指導のもと、皆さん次々とポーズをとっていきます。私も誘っていただき、数種類のヨガを体験させていただきました。身体が固いため一つ一つ息が止まってしまうのですが、ヨガは呼吸も大事だそうです。

短い時間でしたが、終わった後は気分も身体もスッキリ！！

皆さんもぜひ、ヨガを体験してみてください！

自主学习教室のご紹介

西有田笑楽校

**人生100年時代 生き生きと自分らしく生きるために、
明るく笑顔で過ごそう！！**

簡単な計算、音読や脳トレにもなるゲームなどを楽しみながら、介護予防、認知症予防にもつながる心と身体の健康づくりを始めませんか？

お茶会も行い、仲間と一緒にしゃべりと笑いで、楽しいひと時を過ごしましょう！！

6月は七夕の笹づくりをします。

皆さんの参加をお待ちしています！

西有田笑楽校(すすめの学校)代表 後藤博子さん



5月23日(木)5月の西有田笑楽校は、自主学习教室のハーモニカ教室の皆さんに演奏をしていただきました。瀬戸の花嫁やふるさと音頭など数曲を手拍子しながら楽しく歌いました。



タワー作りの様子



和やかなお茶会♪

※次回の西有田笑楽校は6月27日(木)です。

参加希望の方はお気軽に西有田公民館(☎22-4702)まで!