

♪みんなでふれあう住みよいまちづくり♪

# 小江原地区ふれあいセンター便り

令和4年度  
第1号  
4月1日発行

開館：9時～17時 月曜休館 長崎市小江原3丁目20番10号 ☎843-1529

～ご利用をお待ちしています～

地域の皆様のふれあい・生きがいづくり・健康増進のお役に立てるよう、運営委員職員一丸となって取り組んでまいります。



主催講座のご要望、センターへのご意見やご質問をお気軽にお寄せください

## 主催講座のご案内

講座の申し込み・問い合わせは、事務室迄

コロナ感染拡大防止の為、中止になる場合もあります。検温・マスク着用・消毒等 感染対策にご協力ください。

長崎市木質化推進事業の一環で、楢円テーブル・掲示板・ブックトラック・案内版の配布を受けました。木の温もりと香りが感じられます。

多目的多機能トイレが完成

どなたでもご使用できますとてもきれいと言われます。



## ぼかし作り教室

4月30日(土) 10時～12時

◆講師：嶋 恭英 先生 他  
(長崎県環境アドバイザー)

- ◆場所：センター第1研修室&玄関
- ◆定員：20名(先着順) ◆参加費：無料
- ◆持参品：エプロン・レジ袋(持ち帰り用)

ぼかしとは、米ぬか、もみがらに乳酸菌を加え、有用微生物を増殖させたものです。講義と実演があります。

寄せ植え教室でおなじみ福見先生の講座です。

## 春の山野草散策

5月14日(土) 10時～12時

- ◆講師：福見 千松 先生
- ◆場所：かきどまり運動公園 集合
- ◆参加費：無 料
- ◆持参品：歩きやすい靴・服装・帽子  
タオル・飲み物・筆記用具
- ◆定員：20名(先着順)



## 話し方と朗読教室

～心を届けることば～

- ★伸びやかな声を出す発声練習(健康UP)
- ★言葉の感性を磨き、聞く力、話す力を育みます

6月9日(木) 10時～11時半

- ◆講師：東島真奈美 先生  
(フリーアナウンサーとして各所で活躍中)  
「日向ぼっこ」主宰
- ◆場所：センター2F 第2研修室
- ◆参加費：無 料
- ◆定 員：16名(先着順)



## レクレーションスポーツ

笑って動いてストレスを発散!!  
心と体をほぐして、脳と全身を気持ちよくトレーニングしましょう!

6月30日(金) 10時～12時

昨年大好評

- ◆講師：中島るり子先生  
(もってこい長崎 お手玉の会)
- ◆場所：2F第1研修室
- ◆参加費：無 料
- ◆定 員：30名(先着順)
- ◆持参品：動きやすい服装



## ◆2022 年度 学習グループのご紹介◆

各学習グループに興味がある方は、直接見学して詳細をお問い合わせください。  
 新規で学習グループを立ち上げたい方は、条件等がありますのでお気軽にご相談下さい。  
**【研修室が空いている時間帯を、個人やグループで利用(有料)することもできます。】**

**小江原地区ふれあいセンター (☎)095-843-1529**

曜日	種 目	学 習 グループ名	月利用回数		時 間	研修室	人数
火曜日	3B体操	3B 体操 ベルの会	4	1.2.3.4.	9:00~11:00	第1	13
	民 踊	合歓の木民踊会	4	1.2.3.4.	11:00~13:00	第1	7
	体 操	楽らく体操	4	1.2.3.4.	15:00~16:50	第1	30
	書 道	游 心 会	4	1.2.3.4.	10:00~12:00	第2	9
	カラオケ	小 江 原 グループ	3	1.2.3	14:15~16:15	第2	10
水曜日	女性合唱	コ ー ル ふるーる	4	1.2.3.4.	9:00~11:00	第1	19
	フォークダンス	レクリエーション同好会	3	1.2.3.4	11:00~13:00	第1	15
	卓 球	み かん クラ ブ	4	1.2.3.4.	13:00~15:00	第1	10
	ビューティヨガ	花*花クラブ	1	3.	10:00~12:00	第1	10
	トランプ	ブリッジ入門	2	1・3	13:30~15:30	第2	10
	沖縄三線	琉 旺 会	2	2・4	14:00~16:00	第2	7
	舞踊体操	真 清 会	3	1・2・4	10:00~12:00	第3	5
	男性料理	クッキング・ボーイズ	1	2	9:30~12:30	調理	17
木曜日	体 操	ス ロ ト レ ッ チ	4	1.2.3.4.	9:00~11:00	第1	7
	卓 球	さくらこ会	4	1・2・4 3	11:00~13:00 14:45~16:45	第1	8
	卓 球	あゆみクラブ	4	1.2.3.4.	13:00~15:00	第1	12
	アロマヨガ	アーサナ	2	2・4	15:00~16:50	第1	15
	大正琴	琴城流大正琴 [菜の花会]	1	1	10:00~12:00	第2	7
金曜日	太極拳	太 極 拳 愛 好 会	4	1.2.3.4.	10:00~12:00	第1	14
	斉 唱	みんなで歌おう	2	2・4	12:30~14:30	第1	24
	卓 球	ア ン ズ クラ ブ	4	1.2.3.4.	14:30~16:30	第1	6
	器 楽	フルート・アンサンブル	3	1・2・3	10:00~12:00	第2	11
	手 芸	サクランボ	1	1	10:00~14:00	第3	7
土曜日	卓 球	戒 クラ ブ	4	1.2.3.4.	10:00~12:00	第1	18
	ハワイアン・フラ	小 江 原 ジャズミン	2	2・4	12:45~14:45	第1	11
	アロマヨガ	アーサナ	2	1・3	12:30~14:30	第1	20
	大正琴	琴城流大正琴「琴輪貴会」	3	1・2・3	10:00~12:00	第2	5
	カラオケ	寿 福 会	4	1.2.3.4	13:00~16:00	第2	7
	茶 道	親子ふれあい茶道(休会中)	1	2	9:30~12:30	第3	
火木土	囲 碁	さくら碁会	12		13:00~17:00	第3	17

※新グループは3ヶ月試行期間 令和4(2022)年度4月現在登録 29グループ (人数は講師含む)

### 「市役所主催」

火	[すこやか運動教室] 健やか支援課 生涯元気事業	2	1・3	13:30~15:00	第1	
木	親子「お遊び教室」 子育て支援課	1	3	10:30~12:00	第1	