



# むれ地区



# コミュニティセンターだより

発行：牟礼コミュニティセンター・大町コミュニティセンター

令和7年3月号

## 大町コミュニティセンター講座 参加者募集！

◆申込み TEL 870-1306◆

3月10日(月)10:30～電話受付開始

受付開始日当日は来館申込み不可

☆申込み1回につき一家族分の受付で本人・代理問いません。☆自己都合の欠席の場合は、原則として材料代等の返金はありません。

☆おつりの用意はありません。☆写真撮影後に広報紙、SNS等へ掲載する為、不都合な場合はお申し出ください。

☆できる限り、公共交通機関をご利用ください。

◆問合せ専用(申込み不可・コミセンからの連絡)080-6373-9097◆

No.	講座名・学習内容	講師	日時	定員	持ち物・その他
1	<b>はじめてのキッズバレエ</b> ストレッチや簡単な基礎レッスンの後は、世界三大バレエの1つ「眠れる森の美女」の絵本の読み聞かせ。後半はバレエの物語に出てくるキャラクターになりきって踊ってみましょう♪	 バレエ講師 熊野 裕子	4月26日(土) 13:30～15:00	3才～ 6才の 未就学児 10名	動きやすい服装 はだし・飲み物 汗ふきタオル 保護者同伴
	<b>大人のためのバレエレッスン～初心者向け～</b> 身体が硬くても大丈夫。普段使わない筋肉をストレッチでほぐして、バレエの美しい姿勢や動きに挑戦してみませんか？		4月28日(月) 14:00～15:30	8名	動きやすい服装 バレエシューズ又は 5本指の靴下 飲み物・タオル
3	<b>シニアのためのセルフメンテナンス</b> 介護予防運動としてボールや棒を使って体をほぐしたあと、鍼灸師が症状に合ったツボにお灸を据えてメンテナンスします。	鍼灸師 松本 武司	5月20日(火) 10:00～11:30	12名	タオル・飲み物 700円(材料代) 当日集金
4	<b>えほんの会 ～紙ねん土の小さな立体づくり～</b> 好きな絵本を誰かと共有したり、絵本と対話しながら作ります。今回は、絵本の中の絵をモチーフに作る小さな立体です。絵本に触れる機会が少ない方も気軽にお越しください。	 Atelier ねねね 主宰 あべ ゆり	5月22日(木) 10:00～11:30	10名	汚れてもいい服装 好きな絵本(1～3冊) 500円(材料代) 当日集金
	<b>えほんの会 ～透明シートのモビールづくり～</b> 絵本から広がるコミュニティ。多世代で交流しながら今回は、ラミネートでゆらゆら揺れるモビールを作ります。参考作品は大町コミセン事務所前に展示予定です。		5月31日(土) 10:00～11:30	一般5名 小学生の 親子5組	汚れてもいい服装 好きな絵本(1～3冊) 500円(材料代) 当日集金

## 牟礼コミュニティセンター講座 参加者募集！

◆申込み TEL845 -4111◆

3月7日(金) 10:00～電話受付開始

受付開始日当日は来館申込み不可

No.	講座名・学習内容	講師	日時	定員	持ち物・その他
1	<b>キッズHIP・HOPダンス</b> ダンスに興味がある子どもたち集まれ!!ダンスが初めてでも大丈夫。HIP・HOPで楽しく体を動かしましょう。参加に迷ったら、まず申し込んで体験してみませんか？	ダンス インストラクター CHI →	3月27日(木) 16:30～17:30	年中～ 小学生 10名	タオル・飲み物 動きやすい服 室内シューズ (上履き)
	<b>春を楽しむ寄せ植え</b> 啓蟄も過ぎ土の中に眠っていた虫たちも活動し始める頃。家の中でまったりしていた私たちも、庭を春の装いにしてみませんか。		造園家 牟礼 信子	3月22日(土) 10:00～11:30 13:30～15:00	各 16名
3	<b>青竹踏み体操(全2回)</b> 青竹踏みしたことありますか？踏みタイミングによって感じ方が大きく違います。怖いもの見たさで一緒に“青竹踏み体操”にチャレンジしてみましょう！	NCAマスター コンディショニング インストラクター 木内 ひとみ	3月24日(月) 3月31日(月) 13:30～15:00	12名	ヨガマット・飲み物 バスタオル1枚 タオル1枚

## 楽しい英会話ELEVENSES(イレブンズ) 新会員募集

イレブンズ＝午前11時頃に楽しむお茶の時間。イギリスの一般的なティータイムをサークル名にしました。おいしいお茶をいただきながら、セリン先生と楽しく英会話を学べます。老若男女問わずメンバー募集中!!見学希望の方は事前に牟礼コミセンまで。

- ◆会場 牟礼コミュニティセンター第3会議室
- ◆活動日 毎週木曜日 10:00～12:00
- ◆問合せ 087-845-4111 牟礼コミュニティセンター



## 大町ストレッチクラブ(OSC) 新会員募集

4月から男性限定の登録同好会として始動します。「身体の可動域を広げよう」を目標に、ストレッチ運動を主体に日常生活を今よりスムーズにすることで若さと健康を維持するための日々精進しています。見学希望の方は事前に大町コミセンまで。

- ◆会場 大町コミュニティセンター第1会議室
- ◆活動日 毎週火曜日 13:00～15:00
- ◆問合せ 087-870-1306 大町コミュニティセンター



# 令和7年度むれ地区

# コミュニティセンター同好会活動紹介



4月1日より牟礼・大町コミュニティセンターでは様々な同好会が活動スタート！  
 随時入会可能ですので「何か始めたい」とお考えの方、ぜひご検討ください。  
 地域の皆様の参加をお待ちしています！



## ■牟礼コミュニティセンター TEL 845-4111

No.	同好会名	活動内容	曜日	時間
1	赤いくつ	フォークダンス	毎週月	13:00~15:00
2	コーロ・ルーチェ牟礼	コーラス	毎週火	9:30~11:30
3	DO I YA!	DO I YA!	毎週火	19:30~20:30
4	絵を楽しむ会・キャロット	洋画	毎週水	9:30~11:30
5	牟礼馬酔木会	俳句	第2・3水	12:30~14:30
6	絵てがみ同好会	絵てがみ	第2・4水	13:30~15:30
7	牟礼スポーツウエルネス 吹矢同好会	吹矢	毎週水	13:30~15:30
8	和紙ちぎり絵牟礼同好会	ちぎり絵	第2木	10:00~12:00
9	楽しい英会話 ELEVENSES(イレブンセス)	英会話	毎週木	10:00~12:00
10	キッズ HIP・HOP ダンス	キッズダンス	毎週木	16:30~17:30
11	おはなしひろば「なかよし」	読み聞かせ	第1金	9:30~11:30
12	牟礼町ビデオクラブ	ビデオ	第2金	15:00~17:00
13	手話サークル萩	手話	毎週金	19:00~21:00
14	牟礼っ子フェンサーズ	フェンシング	毎週金	19:00~21:00
15	さぬきドリームスクエアーズ	スクエアダンス	毎週土	13:00~15:00
16	牟礼盆栽クラブ	盆栽	第2日	10:00~12:00

## ■大町コミュニティセンター TEL 870-1306

No.	同好会名	活動内容	曜日	時間
1	3B体操 太田教室	3B体操	毎週月	10:00~12:00
2	らくらくピアノ	ピアノ	第1・3月	13:00~15:00
3	自力整体 おおまち	自力整体	毎週月	19:00~21:00
4	ヘルスケアサークル	介護予防運動 お灸	毎週火	10:00~12:00
5	牟礼パソコンクラブ	パソコン	第2・4火	10:00~12:00
6	スマイル	二胡	毎週火	13:00~15:00
7	大町ストレッチクラブ(OSC)	ストレッチ運動	毎週火	13:00~15:00
8	牟礼カンフー同好会	中国武術	毎週火	19:00~21:00
9	ヨガサークル・ハッピー	ヨガ	第2・4水	13:00~15:00
10	ゆうかり句会	句会	第3木	10:00~12:00
11	牟礼ジョイフルハーモニー	ハーモニカ	第2・4木	13:30~15:30
12	牟礼町練功法同好会	太極拳	毎週金	10:00~12:00
13	牟礼スポーツダンス同好会	社交ダンス	毎週金	13:00~15:00
14	むれけん	ストレッチ	第1・3土	10:00~12:00
15	牟礼結びの会	ロープワーク	第2・4土	10:00~12:00

### 牟礼結びの会・新会員募集中!!

実用的で綺麗な結索が、会員の心を奪います。何度も結索にチャレンジしてもなかなか覚えられませんが、これも頭の体操。美しい飾り結びに魅せられ、完成した時の喜びはひとしお。自分の命を守り、人の命を助ける、先人が伝えてきた結びの技芸を日常生活に取り入れ日々精進しています。見学・体験希望の方は、事前に大町コミセンまでご連絡ください。

- ◆会場 大町コミュニティセンター第1会議室
- ◆活動日 第2・4土曜日 10:00~12:00
- ◆問合せ 087-870-1306 大町コミュニティセンター

### 利用者の皆様へ(お願い)

- ①講座のお申込をする際は、スケジュールをよく確認していただき、講座当日に忘れずご参加ください。
- ②講座を欠席される場合(体調不良等)は、必ずご連絡ください。会場準備及びキャンセル待ちの方への連絡がありますので、ご協力お願いいたします。
- ③使用時間には、準備・片付け等も含めます。ご利用の際は申請書の時間に基づき**入室の時間を厳守**してください。下記の例を参考に、引き続きご協力をお願いいたします。

(例) 申請時間が午前10時~12時までの場合

