



サークルメンバー募集集中

問い合わせ 生涯学習課 ☎5800

サークル紹介
大竹市勤労青少年ホームでは、15歳～34歳（35歳になる年）までの男女が、サークル活動やイベントの開催など、楽しく仲良く活動しています。

現在、定期的な活動として5つのサークルと1つの講座を開催しています（本ページ下部参照）。今回は、フットサルサークルとバスケットボールサークルの代表からのメッセージを紹介いたします。



フットサルサークル

メンバーの9割が初心者で、みんなで相談しながら練習内容を決めたりして、楽しく活動しています。女性のメンバーもいるので「興味はあるけど男性ばかりでは・・・」と思っっている女性の方、大歓迎です。（ちなみに、サークルの代表も女性です）

男女関係なく、チームでパスをつなげて、シュートを決めた時は快感ですよ。少しでも興味を持たれた方は是非体験しにいらしてください。

バスケットボールサークル

「バスケット経験者でないといっていけないんじゃないか？」そんなイメージをもたれていませんか。しっかりと練習してから試合ではなく、ゆったり練習してから、じゃあ試合でもしようかという感じで活動しています。だから、経験者でなくても楽しめます。モットーは「楽しくバスケをしよう」です。

今は人数が少ないので、五対五みたいな本格的な試合はまだませんが、運動不足解消やストレス解消にもお勧めですよ。

スポーツが好きな方、ただただ体を動かしたいという方、同世代の友達が欲しいという方、仕事終わったら暇なんだよね〜という方など、みなさん大歓迎です。サークルに興味のある方は、まずは見学だけでもいいので、のぞきにきてください。お待ちしております。

また、新しいサークルや講座を作ることもできます。スポーツに限らず、バンド、ダンス、お菓子作り、華道、将棋などやりたいことがありましたら、生涯学習課へ気軽にお尋ねください。

ひとりー学習 ースポーツ ー趣味 ーボランティア

6月の生涯学習講座

子育て

マタニティヨガ
大竹会館 ☎22226
とき 6月17日(月) 10時～12時
ところ 大竹会館
対象 安定期に入った健康な妊婦さん（夫婦可）
講師 原田茂美さん（ヨガ講師）
定員 10人
持参品 バスタオル2枚、タオル2枚、動きやすい服装
申し込み 前日までに大竹会館へ。

講座

夏野菜栽培実習講座
小方公民館 ☎6249
公民館の中庭で栽培している野菜を手にとりながら、指導を受けます。
とき 6月21日(金) 13時30分～16時
ところ 小方公民館
講師 JAグリーン大竹営農指導員
定員 30人程度
持参品 筆記用具、飲み物
申し込み 6月1日(土)から当日までに小方公民館へ。

フラダンス教室
大竹会館 ☎22226
明るい笑顔で、楽しくフラダンスをしませんか。
とき 6月29日(土) 10時～12時

定例的な講座

講座名	とき	ところ	対象
いきいき健康講座 ～歌やゲームで健康に～	第3木曜日(今月は20日) 13時30分～15時30分	小方公民館 ☎6249	20歳以上の方
エクササイズウォーキング ～美しい姿勢でシェイプアップ～	第4土曜日(今月は22日) 13時30分～14時30分		20歳以上の方
手芸講座 ～クラフトテープでバッグ作り～	第3土曜日(今月は15日) 13時～16時		20歳以上の方
リトミック ～楽しい親子のリズム遊び～	第2木曜日(今月は13日) 10時30分～11時30分	栄公民館 ☎6688	1歳半～3歳児と保護者

※ 随時募集しています。詳しくは小方・栄公民館へ。

玖波公民館の講座
問い合わせ 玖波公民館 ☎7084
6月から、「地域ジン学びのカフェ」まちづくりの場として」がスタートします。この講座は、受講者（市民）が一緒にあって、知性と感性とを共有する交流の場です。毎回それぞれの専門の講師が講演・講座を行い、その場に集まった受講者が、自由に語り合うカフェタイムを設けます。テーマは、環境問題、生き方、働き方、今話題になっている事、趣味など。生活に密着したタイムリーなもの。「参加型交流」で「街づくり」につながる場に。ローカルだけど、最新の情報発信を目指します。

とき 毎月第3土曜日（予定）
ところ 玖波公民館
講師 講座ごとに専門講師
申し込み 毎回募集します。直接、または電話で玖波公民館へ。

地域ジン 学びのカフェ6月
～いつ、どう食べるか～
「話題の時間栄養学」
とき 6月15日(土) 13時30分～15時30分
ところ 玖波公民館
講師 西田由香さん（県立広島大学 准教授）と、大学生5人
内容 朝食抜きや、遅い夕食、食事の乱れなど、日頃の食事に科学的メスを入れて、暮らしを見直し。大学生と一緒に実験しながら楽しく学びましょう。そしてみんなで交流しましょう。
申し込み 6月1日(土)から直接、または電話で玖波公民館へ。

講師プロフィール
西田 由香（にしだ ゆか）
県立広島大学人間文化学部健康科学科 准教授（博士）。管理栄養士。広島生まれ。広島女子大学（現 県立広島大学）食物栄養学卒業。徳島大学院栄養生命科学教育部（博士後期課程）進学。専門は臨床栄養学・時間栄養学・食育。

申し込み受付中

サークル・講座名	現在の所属人数	とき	ところ
テニスサークル	男12人 女9人	火曜日、木曜日 19時30分～21時30分	小方公民館
イベント企画サークル	男4人 女2人	不定	不定
バドミントンサークル	男10人 女11人	火曜日 19時30分～21時30分	大竹小学校
		木曜日 19時30分～21時30分	大竹中学校
料理講座	—	第3火曜日 19時～21時30分	総合市民会館2階料理講習室
フットサルサークル	男8人 女5人	水曜日 19時30分～21時30分	大竹小学校グラウンド
バスケットボールサークル	男7人	第2・第4月曜日 19時～21時	大竹中学校

※ 勤労青少年ホームは、15～34歳までの勤労者が利用できます。