



# Beauty & Health ヨガ教室

ヨガでダイエットや肩こり腰痛等の体質改善 介護されない体づくりをしませんか？

## 参加者募集中

- とき：ゆったりコース 月1回/火曜日 午前10:00~11:30
- 会費：1,000円/月 ロータス(本格コース) 月2回/水曜日 午後1:30~3:00
- 会費：3,000円/月 会員ではない方 2,000円/回
- ところ：三和協働支援センター
- 講師：橋高賀代さん

La casa de todos(ラ・カサ・デ・トドス)代表  
飲み物・大きいタオル・ヨガマット(お持ちの方)を用意して運動のできる服装でお越しください。

### 初學者の方の 詩吟教室

楽しみながら健康づくり!

★お気軽に参加してください★

趣味は一生の友

お子様から高齢者まで男女どなたでも お気軽にご参加いただけます!

講師：中村夕都 (資格 上級聴10段 公益社団法人 関西吟詩文化協会広島支部所属)  
指導内容：漢詩・和歌・俳句・新体詩・歌謡吟詠等  
日時：毎月第2・4土曜日 昼の部 13:00~14:00 夜の部 19:00~20:00  
会場：三和協働支援センター  
受講料：500円/月  
特典：詩吟教室で練習し、試験により、昇段・昇格の免許証が授与されます。  
連絡先：中村和弘 神石高原町上1243 TEL080-1904-7890

ホームページはこちら

フェイスブックはこちら



# 絵手紙サークル はなみずき

むずかしいテクニックはいりません!!  
あなただけの一枚を書いてみませんか?



開催日：毎月第2火曜日 午後1時30分から 午後3時30分  
場所：三和協働支援センター  
サークル代表：山藤早苗 (084-947-2246)  
参加費 2,500円 ※材料代込みです。

仲間を募集中  
いつからでも参加できます!!

<お問い合わせ・お申し込み先>  
三和協働支援センター  
0847-89-3345  
s-kyoudou@sky.kagayakinet.ne.jp



## 茶道教室 いちちょうの会

【日時】毎月第2・第4木曜日 午後6時~7時30分/午後7時30分~9時  
【場所】さんわ総合センター 和室  
【参加費】2,000円/月  
【講師】藤井宗潤(裏千家)  
【対象】小学生高学年からシニアまで  
※ふくご、懐紙、楊枝が必要です。お持ちでない方は、ご相談ください。  
【お問合せ・申込先】三和協働支援センター TEL 89-3345, 85-3399 s-kyoudou@sky.kagayakinet.ne.jp

# 公民館教室 参加者募集中!!

☆パソコンお悩み相談室  
☆花教室  
その他不定期の教室もあります。  
※開催日が決まりましたらお知らせします。

お申し込み・お問い合わせは  
三和協働支援センターまで

## 陶芸クラブ



【とき】毎月第2・4金曜日 午前9時~11時  
【ところ】共同福祉施設棟  
【材料費】土代 300g 500円  
【準備物】エプロン  
《お問い合わせ・お申し込み》  
三和協働支援センター  
TEL 89-3345, 85-3399  
s-kyoudou@sky.kagayakinet.ne.jp



## YOGA -ヨガ-

◆ 日程：3月3日(水)、17日(水)、31日(水) 19:00~20:00  
◆ 場所：三和協働支援センター  
◆ 初回体験料金：500円/回 2回目以降：1500円/回  
◆ 持ち物：ヨガマット又はバスタオル、お水  
◆ 対象者：初心者の方からOK!  
◆ その他：動きやすい服装でお越しください  
お申込み先：三和協働支援センター TEL 89-3345  
水曜日の夜、隔週でヨガクラスを開催します!  
インストラクター：ちーちゃん  
ヨガの本場インドでインストラクターの資格(RYT200)を取得。いっしょに楽しくリフレッシュしましょう!



## やば打ち道場

初心者大歓迎です!

4月23日(金) 三和協働支援センター

4月16日(金) さんわ総合センター (高層階にある交流施設)

4月9日(金) さんわ総合センター

【時間】午後7時~9時  
【参加費】1,500円  
【準備物】エプロン・三角巾・マスク  
【講師】横山哲美 先生  
【申込先】三和協働支援センター TEL 89-3345, 85-3399 s-kyoudou@sky.kagayakinet.ne.jp

教室については、かがやきネット11チャンネル、ホームページ、フェイスブック、インスタグラムでもご覧いただけます!

## 駐在所からのお知らせ

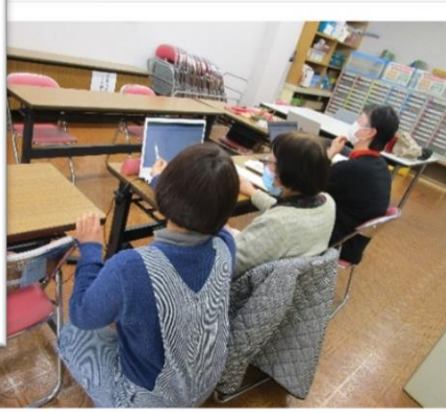
令和3年2月から小島駐在所に新しいミニパトが配置されました。  
新しいミニパトは、以前のものより車高が低くなってスポーティな印象でキビキビと走ります。これからピカピカのミニパトで町内をパトロールするので、



小島駐在所



2月24日、パソコンお悩み相談室を開催しました。前半後半とグループを分けて、山本敦子先生にご指導いただきました。  
家計簿を作成される方や、エクセルを応用して、編み物の図を作成される方もおられました。



課題解決!ばっちり!!

ペイペイをマスター!!  
2月1日、2日にスマートフォン教室 ペイペイをはじめよう!を開催しました。  
講師の伊藤博暁先生に、ペイペイのダウンロード、チャージの仕方、レジでの使い方を教えていただきました。  
教室後には、「さっそくチャージをして使っているよ!」「便利じゃねー!」などの報告もありました。

建具で創る理想空間~あなたの理想を

## ヤマモト工芸

取り扱い商品：木製建具・アルミサッシ・シャッターカーポート等々 ★まずは、ご相談ください。

神石高原町上 1767-1  
☎(0847)85-3968

ヤマモト工芸

検索

## 入居者募集中!!

迫田ハイツ(サンセットハイツ)  
1室空いています

神石高原町上 5900  
☎(0847)85-2235



地域のみなさんの広告を募集します!

【料金設定】月額 1,500円(税込)  
※詳しい内容は三和協働支援センターまでお問い合わせください。