

〔No. 263号〕

**6月**

平成25年  
〔2013年〕

ふたかわ

呉市築地町3番1号

**二川公民館**

TEL 21-3961  
FAX 25-8821

## ゆかた着付け講習会 (無料)

この夏は、ゆかたをオシャレに楽しみませんか。  
ゆかた着付け無料講習会を開催します。

- 日時 6月8日(土) 13:00~15:00  
場所 二川公民館 和室  
定員 先着20名(小学生以上の女性)  
受付 随時 二川公民館にて  
講師 力安 鈴子 先生(公民館着物着付け講座講師)  
持参物 ゆかた、半巾帯、だてじめ、前板、ひも2本、肌着、すそよけ



ゆかたを着て帰る人は、下駄などを用意してください。

## 第26回中央西地区ソフトボール大会参加チーム募集

- 開催日 6月2日(日) 雨天時は6月9日(日)に順延  
場所 マリンパーク川原石 築地広場  
受付 8:00~  
チーム編成 中央西地区内の自治会(複数の連合も可)で編成する。  
選手は高校生以上(小・中学生は参加できません)の男女15名以内。  
ただし、女子又は60才以上の男子の計2名は常時出場すること。  
その他 雨天中止の決定は午前7時におこないます。責任者の方が二川公民館へ確認してください。  
傷害については応急処置のみとします。ただし、傷害保険に加入しております。  
申込み 5月25日(土)までに二川公民館へ申し込みください。  
主催 中央西体育協会 後援 呉市教育委員会  
問合せ先 二川公民館 TEL 21-3961 FAX 25-8821

### 椅子に座って太極拳講座(無料)

健康維持のため、太極拳を経験してみませんか。皆さんお誘いの上、ご参加下さい。

- 対象 おおむね60歳以上  
場所 二川公民館 2階ホール  
日時 5月20日(月)・6月17日(月) 13:00~14:30  
申込み 随時 当日も可 定員 先着30人 受講料 無料



## 平成25年度 呉市西体育協会年間行事予定

月日	行 事	備 考
6月2日(日)	中央西地区ソフトボール大会	予備9日
7月11日(木)	町民運動会説明会	
8月29日(木)	町民運動会代表者会議	
9月29日(日)	町民運動会	
10月26日(土)	中央西地区グラウンドゴルフ大会	予備28日
10月27日(日)	呉市体育祭	
11月17日(日)	中央西地区ソフトバレーボール大会	
12月1日(日)	中央西地区ロードレース大会	
2月16日(日)	中央西地区卓球大会	
3月1日(土)	グラウンド・ゴルフ交歓大会	予備2日
3月9日(日)	中央西地区バレーボール大会	

## 健康づくりのための 体力測定教室

無料



開催日 6月19日(水)  
 受付 13:00～14:30  
 場所 二川公民館 2階ホール  
 対象者 20歳以上  
 実施項目 開眼片足立ち ファンクショナルリーチ  
 10m歩行 Timed Up&Go  
 握力  
 体内脂肪率 骨年齢評価  
 健康遊具も体験しましょう。  
 運動のできる服装・シューズでおいでください。

主催 川原石地区健康づくりのための運動普及推進協議会  
 両城・三条地区健康づくりのための運動普及推進協議会

## ぽかぽか広場

～親と子がくつろいで過ごす“ふれあい”の場～

「ぽかぽか広場」は、3カ月から3歳未満の子どもとその保護者を対象としたプログラムです。親子で自由にくつろいで、それぞれが好きな遊びを見つけて楽しくすごす場所。“ぽかぽか”と暖かい広場づくりをめざしています。

日時 毎月第1,3金曜日 午後1時～3時  
 場所 呉市二川児童館 三条1丁目14-9 TEL 21-2205  
 対象 3カ月～3歳未満の乳幼児とその保護者  
 内容 自由遊び, 季節行事, お母さん同士のしゃべり場 など

くわしくは、二川児童館におたずねください。

二川児童館 三条1丁目14-9 TEL・FAX 21-2205



## 講座紹介

### 古典芸能 観世流謡曲へのお誘い

#### 「謡曲講座」内容

指導者：西本輝幸 先生  
 稽古日：第1・第3木曜日  
 場所：二川公民館  
 時間：10:00～12:00  
 11月には「二川公民館まつり」での発表会があります。

私達は、公民館活動の「観世流謡曲」教室で楽しくすごしています。皆さんも一緒に謡いませんか！！

そもそも、「謡曲」といえば…なんだか難しくて…という人もあるかと思いますが、そんなことは全くありません。

謡いは、文章に独特な節をつけて謡います。

主に、五音七音の美しい韻律で謡いやすくなっています。

最近では、腹式呼吸法で声を出すことが、ストレス解消と健康法の一環としても、男女の区別や年齢を問わず、多くの方が関心を持たれています。

特に初心者の方は大いに歓迎です。

