

行事予定		2月 16日 ~ 3月 15日		
日	曜日	使用団体及び行事	時間	使用場所
2月 17日	火	ローズマリー	10:00 ~ 15:00	機能訓練室
18日	水	つばきサロン	10:00 ~ 15:00	大ホール
		手芸・談話	13:00 ~ 15:00	大ホール
20日	金	あすなろ会	10:00 ~ 12:00	機能訓練室
		和み会	14:30 ~ 17:00	機能訓練室
		ササ喫茶 淳co.	18:30 ~ 19:30	大ホール
24日	火	料理教室	10:00 ~ 13:00	調理室
25日	水	つばきサロン	10:00 ~ 15:00	大ホール
		健康管理について(福祉課)	13:30 ~ 14:30	大ホール
27日	金	同友会	10:00~	和室・機能訓練室
3月 2日	月	旅友会	18:30~	調理室
4日	水	つばきサロン	10:00 ~ 15:00	大ホール
		手芸・レクリエーション	13:00 ~ 15:00	大ホール
		所得税申告相談準備	15:30~	大ホール
5日	木	所得税申告相談	9:00 ~ 12:00	大ホール
6日	金	野菜づくり講習会	9:30 ~ 11:30	大ホール
11日	水	つばきサロン	10:00 ~ 15:00	大ホール
		健康体操教室(佐々木淳子先生)	13:30 ~ 14:30	大ホール

つばきサロンからのお知らせです!!

3月11日(水)
13:30~
山福田自治センター
大ホール

佐々木淳子先生



佐々木淳子先生による健康体操教室を開催します

寒さで体がこわばっていませんか?
冬は体を動かす機会が減り、筋肉も固くなりがちです。
フィットネストレーナーの佐々木淳子さんをお招きし、無理のない健康体操教室を開催します。
ゆっくり体をほぐし、血流をよくして、「体が軽くなった」と感じていただける内容です。
運動が久しぶりの方も安心してご参加ください。

動きやすい服装でお越しください!
ヨガマットをお持ちの方は、ご持参ください。
お持ちでない場合は、当施設でお貸しいたします。



令和8年
2月

そよかぜだより

山 福 田
自治センター
TEL 37-2276

野菜づくり講習会のご案内

春夏野菜の栽培方法を一緒に学びませんか?
みなさんぜひご参加ください。

日にち：**3月6日(木)**
時間：9:30~11:30
場所：山福田自治センター 大ホール
講師：JAひろしま技術顧問 小迫 高さん
内容：**たくさん作って食べよう!**
春から夏の菜園管理



1/18

第67回世羅西駅伝大会が開催されました!!



寒い中、朝早くから走路員の方や役員の皆さんが準備・運営してくださり、競技は大きな混乱もなく、無事に実施されました。
沿道では多くの声援が送られていました。



1/21

東京の会場から生配信
オンラインコンサートを視聴しました

全国に配信され、たくさんの視聴される方と画面越しにつながりました。
演歌歌手の方にチャットで質問や感想を伝えました。



2/4

生きがいづくり講座
を開催しました

交通安全についてお話いただきました。交差点や駐車場で事故が多いそうです。皆さん気を付けましょう!!



世羅警察署
地域交通課

