

## 講座のご紹介

### 辻生花教室講座

講師：藤山 知甫

訪問先の玄関やテーブルの上に一輪の花が生けられていると、ほっと心が和みます。会話も弾みます。そんな日常の中に生け花がある生活をしたいという人たちが集まっている教室です。

講師の嵯峨御流池田司所長の藤山先生からは、一人一人に丁寧な指導をいただいています。生け花の技術の習得もさることながら、美しい花に触れながらの仲間との交歓の一時に心癒やされています。

初心の方、若い方、年輩の方、どなたも歓迎です。

場所：2階 集会室  
日時：毎月第1・2・4土曜日  
13時～16時



### こすもす俳句講座

講師：早川 みちこ

さわらび

早蕨俳句の信条に、「俳句を通じて寄り添える、仲間との絆を深めていきましょう。風土の自然を愛し、今日生きた証をやさしくわかりやすく俳句という形式をかりて自由に表現したい。あくまでも平明に。」をモットーにこれを残していきたいと、五、七、五を楽しんでいます。

一見難しそうな俳句ですが、やってみようかと思う初心者の方には優しく手解きをしております。

少しでも興味のあるお方は、是非一度教室を覗いてみて下さいね。お待ちしております。

場所：2階 第3会議室  
日時：毎月第2木曜日  
12時30分～16時



## 三好市みよし地域包括支援センター事業

### 辻地区百歳体操

百歳体操は井川町内の地区住協単位で各地で開催されています。今回はその中で辻地区をご紹介します。

辻地区百歳体操では、住民主体の介護予防を目的として、地区住民の高齢者を対象に筋力向上トレーニングをしています。

トレーニングは椅子に座ったまま行うので簡単で安全です。おもりを使いますが自分で調整できるので無理なく身体を動かします。

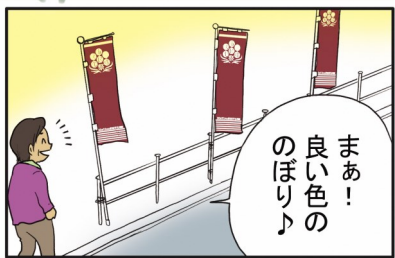
体操の後は文字の筆順を書いて脳を活性化させたり、みんなで楽しくお茶を飲みながら親睦を深めています。

体力アップで転倒予防ができ、身体と脳を使うことで認知症予防にもなるので興味のある方は是非ご参加ください！

場所：2階 集会室  
日時：毎月第1・3金曜日  
13時30分～14時30分



# いかたんのっ!



イラスト：横山篤志

# 講座スケジュール

黒色は井川支所内、青色は井川支所外で開催している講座です。各講座の詳細は井川公民館、中川までご連絡ください。

## ●井川支所外開催場所●

井川基幹集落センター：井内生け花、井内手話の会、井川陶芸  
井川農産物加工開発センター：チアフルエアロビクス  
白寿荘：いかわ短歌会

TEL：78-5010



## 10月

日	月	火	水	木	金	土
29	30	1 ナチュラルピクス 英会話	2 茶道 体操クラブ お話クラブなでしこ 井川太極拳(大西) ひまわりコーラス	3 太極拳(矢川) フラダンス かな書道	4 井川太極拳(大西) 井川陶芸	5 古文書を楽しむ 辻生花 井川陶芸
6 チアフルエアロビクス	7 パッチワーク やさしいヨーガ 太極拳愛好会	8 ナチュラルピクス 絵手紙 英会話	9 体操クラブ ジュニア英会話 井川太極拳(大西) ひまわりコーラス	10 辻民舞 太極拳(矢川) フラダンス こすもす俳句	11 井川陶芸 井内生け花 井川太極拳(大西) にかおえイラスト	12 辻生花 井川陶芸
13 エコクラフト チアフルエアロビクス	14 太極拳愛好会 井内手話の会	15 ナチュラルピクス 英会話	16 茶道 体操クラブ お話クラブなでしこ 井川太極拳(大西) ひまわりコーラス	17 太極拳(矢川) フラダンス かな書道	18 井川太極拳(大西) 冬扇俳句 いかわ短歌会 井川陶芸	19 エコクラフト 書道 井川陶芸
20 チアフルエアロビクス	21 パッチワーク やさしいヨーガ 太極拳愛好会	22 ナチュラルピクス 英会話	23 体操クラブ 井川太極拳(大西) ひまわりコーラス	24 太極拳(矢川) フラダンス	25 井川太極拳(大西) 井川陶芸	26 辻生花 井川陶芸
27 チアフルエアロビクス	28 太極拳愛好会	29 ナチュラルピクス 英会話	30 体操クラブ 井川太極拳(大西) ひまわりコーラス	31 太極拳(矢川)	1	2

## 11月

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	1 井川太極拳(大西) 井川陶芸	2 古文書を楽しむ 辻生花 井川陶芸
3 チアフルエアロビクス	4 パッチワーク 太極拳愛好会	5 ナチュラルピクス 英会話	6 茶道 体操クラブ お話クラブなでしこ 井川太極拳(大西) ひまわりコーラス	7 太極拳(矢川) フラダンス かな書道	8 なでしこ祭り 準備	9 なでしこ祭り
10 なでしこ祭り	11 太極拳愛好会 やさしいヨーガ 井内手話の会	12 ナチュラルピクス 絵手紙 英会話	13 体操クラブ ジュニア英会話 井川太極拳(大西) ひまわりコーラス	14 辻民舞 太極拳(矢川) フラダンス こすもす俳句	15 冬扇俳句 井川太極拳(大西) にかおえイラスト いかわ短歌会 井川陶芸	16 エコクラフト 書道 井川陶芸
17 チアフルエアロビクス	18 パッチワーク 太極拳愛好会	19 ナチュラルピクス 英会話	20 茶道 体操クラブ お話クラブなでしこ 井川太極拳(大西) ひまわりコーラス	21 太極拳(矢川) フラダンス かな書道	22 井川太極拳(大西) 井川陶芸	23 辻生花 井川陶芸
24 チアフルエアロビクス	25 太極拳愛好会 やさしいヨーガ	26 ナチュラルピクス 英会話	27 体操クラブ 井川太極拳(大西) ひまわりコーラス	28 太極拳(矢川) フラダンス	29 井川太極拳(大西) 井川陶芸	30 井川陶芸

## お知らせ

井川公民館講座「英会話教室」の講師につきまして、9月よりアダム先生に代わり、ザック(GOFF ZACHARY DAVID-JOHN)先生が着任しました！優しい笑顔の先生です☆

9月最初の講座では英語が全く喋れない初心者の方にも優しい内容とテンポで始めてくれました！是非皆さんも参加してくださいね♪

