

# 中央市民センターだより

廿日市市中央市民センター

〒738-0012

廿日市市天神11-29

電話 0829-20-1266 FAX0829-32-1257

講座の申し込み・お問い合わせは 平日9時～17時をお願いします



ひろしま・やまぐち公共予約サービス  
廿日市市中央市民センター空き状況



はつかいちで発見!

はつかいち歴史講座

参加費  
無料

## 冠遺跡群から見える日本列島における旧石器時代のはじまり

～わたしたちのまちは日本一だった?! 遺跡が語る廿日市のルーツ～



廿日市市吉和にある冠遺跡群(かんむりいせきぐん)で発掘された石器は、今から4万2300年前ごろのものだと判定され、わが国最古の石器である可能性があると考えられています。日本列島に人類が到達した時期を考えるうえで大変貴重な発見です。

とき 6月9日(火)

13:30～15:00

ところ 中央市民センター  
多目的ホール

講師 広島大学名誉教授  
藤野 次史先生



申込み 6月4日(木)までに中央市民センターへお電話で。

主催 廿日市地区まちづくり協議会

共催 中央市民センター



### スマホがもっと楽しくなる! シニアのための スマホ教室

参加費  
無料

ご自身のスマホを使って、LINEの基本的な操作方法を3回連続で学ぶ教室です。



日時	内容
6月5日(金) 13:30～15:00	<b>LINEの活用法</b> ・プロフィールの編集 ・文字の大きさ変更 ・友達追加 ・アルバム作成など
6月12日(金) 13:30～15:00	
6月26日(金) 13:30～15:00	

ところ 中央市民センター 2階 中研修室

講師 いちご.net(けん玉商店街)堀川 かなみさん

定員 15名 ※応募者多数の場合は抽選になります。

対象 LINEの操作に慣れていないシニアの方

申込み 5月28日(木)までに中央市民センターへお電話で。



### 廿日市ウォーキング

参加費  
無料

ウォーキングは体に酸素を取り入れながら運動する有酸素運動です。いろいろな人とおしゃべりしながら歩くと脳が活性化し、認知症予防にも効果的です。



とき 5月18日(月)

9:30～(受付9:15～)

集合場所 中央市民センター

コース 廿日市地区周辺(6km)

申込み 5月15日(金)までに中央市民センターへお電話で。



## 地域からのお知らせ

### ♪ 第10回 青春メモリアルコンサート

J・POP・歌謡曲・エレキサウンド・JAZZ など、青春時代のナンバーが懐かしくよみがえります。

とき 6月14日(日) **参加費無料**  
13:00開演(12:30開場) **申込み不要**

ところ 中央市民センター 多目的ホール  
出演 White Water Company (J・POP)  
廿日市ベンチャーズ (エレキサウンド)  
女声コーラス パーミント (歌謡曲ほか)  
永山 英治さん (JAZZ ピアノ)  
廿日市 JAZZ オーケストラ チェリーブロッサム 21

主催 廿日市地区まちづくり協議会  
共催 中央市民センター

※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

廿日市長生会連合会 教養講座 ①

### ♪ 座! 健康体操 **参加費無料**

イスに座ったままできる体操で、介護予防、認知予防をしましょう。

とき 5月26日(火) **ドリンクプレゼント**  
10:00~

ところ 中央市民センター 多目的ホール  
対象 廿日市地区にお住いの55才以上の方

【申込み・問合せ】

5月16日(土)までに  
☎0829 (31) 2001 (中田) へ



## 令和8年度 中央市民センター 企画運営委員のみなさんをご紹介します

中央市民センター事業の運営方針などについて協議をしていただく委員のみなさんです。どうぞよろしくお願いいたします。

会長 中田 敏子  
副会長 八木 賢治  
委員 岡寺 裕史、河野 孝明、内藤 規幸、中谷 一志  
滑 純雄、はまさき かおり、善岡 恵子

【五十音順、順不動】

### 【手話通訳・要約筆記】



市民センター主催の講座で手話通訳、要約筆記が必要な方は、各講座の3週間前までにご連絡ください。

## 一緒にしませんか!

### クラブ員募集中!

【問合せ】中央市民センターまで

#### ☆ストレッチクラブ

何歳からでも始めます。  
気分も体もリフレッシュ!  
一緒にはじめてみませんか?



毎月 第1・3(火) 9:30~10:30

#### ☆着付けクラブ ~日本の伝統美をもっと身近に~

補正の仕方、着付けの基本から実戦まで、初心者でも一人ひとりのペースに合わせて着付けのコツを楽しく学べます。

講師: 関西和装学院 広島西本校  
学院長 土居 和子先生



毎月 第2・4(木) 9:30~12:30

## お知らせ

### よりそい保健室 **予約不要**

「健康のこと」や暮らしの中で「なんとなく心配なこと」など、ふらっと寄って話してみませんか?

とき 6月16日(火) 11:00~13:00  
ところ 中央市民センター



【お問合せ】相談まるごとサポートデスク(地域共生社会推進)  
☎0829 (20) 5175

#### 元 中央市民センター登録クラブ

中公卓球さんから卓球の備品を寄付していただきました。利用されたい時は、窓口まで。



- ・ボール
- ・ネット
- ・得点版
- ・ボール拾い網

ありがとうございました。

## 5月の予定

- 3日(日・祝) 休館日(憲法記念日)
- 4日(月・祝) 休館日(みどりの日)
- 5日(火・祝) 休館日(こどもの日)
- 7日(木) 幼児学級「わくわくリズムランド」開講 10:00~
- 8日(金) 幼児学級「のびのびこどもひろば」開講 10:00~
- 12日(火) 幼児学級「ようこそ♡あかちゃん」開講 10:00~
- 18日(月) 廿日市ウォーキング 9:15~受付

★駐車場に限りがあります。公共交通機関の利用や乗り合わせでのご来館をお願いします。

●廿日市地区の人口と世帯数 3月1日現在 ※()は前月比 人口:10,864(-19人) 世帯数:5,101 世帯(-38世帯)

ホームページで市民センターだよりのカラー版がご覧になれます。二次元コードまたは「廿日市市中央市民センターだよりの」で検索してください。



廿日市市中央市民センターだよりの

