

高齢者いきいき活動ポイント対象事業

PCおペアささとう(パソコン相談室)

日時 3月4日・18日、4月1日・15日
(いずれも土曜日)
13:00~15:00
場所 佐東公民館 第2研修室
定員 6人 対象 どなたでも
協力 せせらウェブ・サポーター
申込 不要(時間内出入り自由)

※ ノートパソコンを持参してください。
※ 6人を超える場合は、少しお待ちいただきます。
※ ボランティアによる指導ですので、質問にお答えできない場合があります。ご了承ください。

子育てサロン'Sugar'~子育てオープンスペース~

子育て中のパパ・ママと赤ちゃんのためのサロンです。みんなで遊んでおしゃべりしましょう♪

日時 3月2日(木) 10:00~12:00
場所 佐東公民館 和室
内容 乳幼児の遊びと体験の場
対象 0歳~未就園児とその保護者
申込 不要(時間内出入り自由)

今回は4月6日(木)を予定しています。
※ おもちゃ・お菓子の持ち込みはご遠慮ください。

おはなし会~絵本の読み聞かせ~

大好きな絵本を親子で楽しみませんか?

日時 3月24日(金) 10:30~11:00
場所 佐東公民館 和室
内容 絵本の読み聞かせと絵本の紹介
3月のテーマ「せいかつ」
対象 乳幼児とその保護者、または興味のある人
協力 読み聞かせボランティアグループ「まほうのポケット」
申込 不要

※ 奇数月の第4金曜日に開催しています。

公民館活動グループ~会員募集~

ウエルネス吹矢同好会(吹矢)

健康増進、ストレス解消に
スポーツ吹矢を楽しみませんか?
「高齢者いきいき活動ポイント」付与対象

活動日時 第1・3 木曜日、第2・4 月曜日
いずれも10:00~12:00
募集人数 10人程度
対象 どなたでも
会費 2,000円/月

《体験会のお知らせ》

3月13日(月) 10:00~12:00
3月16日(木) 10:00~12:00
場所: 佐東公民館 ホール
定員: 各回先着10人
体験料: マウスピース代100円
(当日集めます)
持参物: 動きやすい服装、飲み物
※ 申し込みは不要。当日、直接お越しください。

高齢者いきいき活動ポイント対象事業

さとう大学

(会員制:今年度の申し込みは終了しています)

音楽を楽しんで、今年度を締めくくりましょう。

日時 3月16日(木)
13:30~15:00

場所 佐東公民館 ホール

内容 修了式&音楽を楽しもう

講師 公民館活動グループ
ティーポッツの皆さん

※ ワ行の会員の人は、受付のお手伝いをお願いします。

【図書の入替え作業について】

毎月1回ボランティアさんによる図書の入替え作業を実施しています!

日時 3月17日(金) 午前(予定)

※ 作業中はロビーの一部が使用できない場合があります。あらかじめご了承ください。

地域情報(3月)

(1)復興交流館モンドラゴン

- ① 日時 3月4日(土) 10:00~12:00
内容 折り紙教室(高齢者向け)
② 日時 3月18日(土) 10:00~12:00
内容 防災教室
講師 防災士 松井 恵さん(認定トレーナー)

※ 新型コロナウイルス感染症の感染状況により、中止する場合があります。
※ 「高齢者いきいき活動ポイント」付与対象
※ 場所はモンドラゴン、参加費無料、申込不要

《問い合わせ》復興交流館モンドラゴン

住所 安佐南区八木三丁目30番4号
TEL 836-5539
開館日 毎週水~日曜日(10:00~14:00)

(2)第21回・佐東ウォーキング

参加者全員に粗品を用意しています。
「高齢者いきいき活動ポイント」付与対象

日時 3月12日(日) 9:30集合
※少雨決行

受付場所 川内第2公園(城南中学校・横)

距離 約5km

主催 佐東体育協会

共催 佐東公民館

主管 八木体育協会

協賛 中国新聞(緑井・古市東・八木)各販売所

《問い合わせ》八木体育協会

藤田 TEL 082-873-4458
吉原 TEL 082-873-5434

(問い合わせは、20時以降にお願いします。)

※ 駐車場はありませんので、徒歩または公共交通機関等でお越しください。

(3)ウォーキングサロン~会員募集~

「わくわくドキドキうごこうや」を合言葉に外に出て歩きたい、みんなと会って話したい、少しの時間でも歩きたいと思っている人におすすめのウォーキングサロンです。

「高齢者いきいき活動ポイント」付与対象

活動内容 月2回の例会(第2土曜日・第4木曜日)
では、近場をぶらりウォーキング、名所へおでかけウォーキングなどを行います。ウォーキングは1~2時間ほどで、お昼には終わります。

(ポイント事業は1人ウォーキングでも対応しています)

後援 城山北・城南地域包括支援センター

《体験会のお知らせ》

3月11日(土) JR可部駅前に9時15分集合
寺山公園を散策

《説明会のお知らせ》

3月23日(木) 9時から
場所: 佐東公民館 第1研修室
興味のある人は、体験会または説明会にお気軽にお越しください。(申し込みは不要)

《問い合わせ》「わくわくドキドキうごこうや」

玉田 TEL 090-1332-1756
関本 TEL 090-3634-2391

(4)佐東山歩きの会~会員募集~

誰もが参加でき、適度な負担で安心して山歩きを楽しめるような会の運営を目指しています。

活動内容 年8回の山歩き(原則として日曜日)
3~6月、9~12月に例会を計画

会費 1,000円/年(安全対策のための下見経費、通信費、傷害保険料、資料作成費等)

申込 佐東体育協会 常任理事
石原 TEL 080-3112-9830

※ 高齢者や持病のある方は、医師とご相談のうえ、お申し込みください。

※ 貸し切りバスを利用する場合は、経費を参加者で分担となります。

※ 3月12日(日)に尾道の千光寺山(136m)などを予定しています。

《シリーズ》佐東の見どころ再発見 [No.25]

せせらぎ植物日記 ㊷

ソメイヨシノ

染井吉野(バラ科サクラ属) 全国に枝を伸ばす

最も親しまれているサクラの1つ「染井吉野」は、江戸時代、園芸業の拠点であった江戸の染井村(現・東京都豊島区駒込)に持ち込まれた自然交雑種とも染井村で人工交配によって作出されたともいわれる園芸品種です。両親はエドヒガンとオオシマザクラです。新芽に先立ち薄ピンクの花が一斉に群れ咲き、花吹雪となって散る様は圧巻です。

さて、戦後、整備された公園などに染井吉野が植樹され、その群落が名所となりました。江戸時代に生まれた1本の原木が継代接木などによって今に続いており、全国津々浦々にある公園の染井吉野はすべて1本の桜の枝です。生物は自然条件を敏感に感知して成長し、染井吉野が全国に広げる枝で感じとる気候の変動を人は生活に活用するなど両者は深い共存関係で成り立っています。

【解説】自然観察愛好家 安部 隆芳さん



群れ咲く染井吉野の花