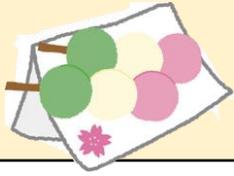
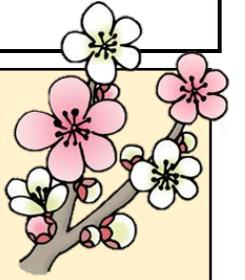


第353号
2025年4月

梅の香

発行
城陽市青谷コミュニティセンター
運営委員会
TEL 0774-53-8273
FAX 0774-56-6042

3月2日(日)春まつりを開催いたしました。
雨が降ったり止んだりの天気でしたが、沢山の方にご来場いただき有り難うございました。
ご協力いただきました皆様、ご来場いただきました皆様に心より御礼申し上げます。



青谷コミセン運営委員・専門委員・職員一同

アクティブシニアのダンスワークアウト ～馴染みの曲でストレッチ&ステップ～

日時：5月7日(水) 10:00～11:30
講師：せいぞう氏 ※50歳以上対象
持ち物：お茶、タオル、上履き
定員なし 申込不要



🐰 簡単な動きをマネしてみよう♪

もっと笑顔でフィットネス 初心者向け

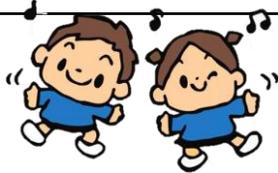
日時：5月11日(日) 10:00～11:00
講師：伊藤和美氏
定員：先着20人
参加費：無料
持ち物：飲み物、タオル
※運動できる服装、運動靴



申込 4月20日(日) 10:00から電話か来館

親子うんどう教室

～いっぱい体を動かそう!～



日時：5月14日(水) 10:00～11:00
講師：カワイ体育教室 専任講師
定員：先着親子10組(2歳～未就園児対象)
参加費：無料
持ち物：水筒、動きやすい服装(素足で運動)

申込 4月24日(木) 10:00から電話か来館

🐰 親子のふれあいを大切に!
幼児期に必要な基本動作を身につけよう♪

ストレッチポール教室

～体の歪みをリセットしよう!～



日時：5月15日(木) 10:00～11:00
講師：伊東香順氏
定員：先着8人 参加費：無料
持ち物：あればヨガマット、ストレッチポール(貸出有)
飲み物、動きやすい服装

申込 4月18日(金) 10:00から電話か来館

4月から新しくスタートします!!
みんなの将棋ひろばと同じ時間帯に集会室にてピアノを自由に弾いていただけます。大人の方なら誰でも弾いていただけます。保護者同伴の場合は子どもでも弾いていただけます。
将棋をやりながらピアノ演奏が聞けるかも!?



③みんなの歌ひろば ～こども～

日時：5月21日(水) 13:30～15:00
講師：葭村洋平氏、廣瀬友瞳氏 無料
定員なし(30人程度) 申込不要

①みんなの将棋ひろば

日時：4月26日(土) 13:30～15:30
場所：集会室1 無料
申込不要 定員なし(8～10人程度)
囲碁もあります!
どなたでも参加可能です



②みんなのピア/ひろば

日時：4月26日(土) 13:30～15:30
場所：集会室2 無料
申込不要 当日窓口にて受付
大人対象(子どもは保護者同伴であれば可能)
誰でもピアノの練習ができます!