

地域の大切なふれあいの場



むさしコミセン だより

第38号 令和7年1月31日発行

発行：武蔵地域コミュニティセンター

甲斐会長 新年のご挨拶

新年おめでとうございます。

武蔵校区の皆様、武蔵コミセンをご利用の皆様には、本年も輝かしい新年をお迎える事とお慶び申し上げます。

1月12日に武蔵小学校グラウンドにて行われました武蔵校区自治協議会(両角会長)主催のどんどこやに於て、校区の皆様方の無病息災・平穏無事な年になる事を祈念致したところです。

武蔵コミセンは、校区の皆様、利用される皆様にとって地域活動の拠点であると思っています。ご利用いただく皆様方にご不便をお掛けする事のないよう、コミセン運営委員会全員で愛される武蔵コミセンを目指し、進めて参ります。

皆様方のご理解、ご協力をよろしくお願い致します。

第10回『武蔵コミセンまつり』開催のご案内

●開催日時・・・3月20日(木・祝) 午前10時 開催！

※コミセン利用講座生の発表の場を提供して、相互の親睦を図ります。

今回の全体テーマ・・・『コミセンでいきいきライフを創ろう』

- ① 作品の展示会 玄関ホールにて、2月下旬から順次展示発表をいたします
- ② 研修の部 午前10時から「太極拳ゆったり体操」講師：黒田勉さん(楠の民生委員)
- ② 各講座の皆さんによる発表会 午後12時30分～午後4時迄
(歌・ダンス・健康体操・舞踊等の普段練習された演技等の発表会です)

事務管理員より

ご存じですか？・・・コミセンに、①AED ②防災無線が設置されている事を！

①AEDは、令和6年8月に熊本市から設置されました。AEDの使用方法は、1電源ボタンを押す 2.パッド貼る 3. ショックボタンを押す・・・を音声に合わせて行います。119番の通報者にスマートフォン映像を通じての現場指導システムもありますよ。

②防災無線は、令和2年3月に熊本市から設置されました。一番は地震の情報です。火災情報、台風の情報も流れます。何もなければ、昼と午後5時にミュージックが流れます。

コミセンの定期講座ご案内



武蔵地域コミュニティセンター
TEL 337-3938

曜日・時間帯(午前・午後・夜間)・月の回数・募集の有無など詳しい講座案内は
コミセンにございますので、お気軽にお問い合わせ、またはご来館ください。

☆は子どもさんも参加されている講座、★は募集中の講座です。

趣味を活かす文化系の講座

- * 芳智会 (民舞) (新規募集なし)
元気一番、楽しく踊っています
- * ふれあい英語 ☆ ★
小学低学年～中学生の楽しく話せる英会話。英検も
- * 野中英語 ☆ ★
中・高校生の話せる英会話、英検・入試対策もOK
- * あかつき会カラオケ部 ★
日本人の魂の演歌を大きな声を出して歌いませんか
- * 草雪会書道 ★
実用文字～展覧会に発表する文字まで練習しています
- * パッチワーク同好会 (新規募集なし)
月1回、楽しい作品作りをしています
- * パーチメントクラフト felice ★
まるでレースのような美しいペーパーアートです
- * あじさい会
墨彩による「絵てがみ」教室です
- * 大正琴 ★
歌謡曲から新曲まで練習しています
- * 花てまり ★
「ハタでいい、ハタがいい」の心で楽しみながら描いています
- * フラワーアレンジメント (第2土曜日のみ★)
季節の生花を使い自由な発想でアレンジメントを楽しんでいます
- * 日舞教室 ★
毎日を健康に過ごせるために踊っています
- * ニットメイト (新規募集なし)
編み物中は時間を忘れてしまいます
- * 茜会 ★
月1回色々な話題で楽しく会合しています
- * 肥後椿の会 (新規募集なし)
月1回趣味の会を楽しんでいます

身体を動かす運動系の講座

- * ピリアロハ 武蔵ヶ丘 ★
楽しくフラダンスの練習をしています
- * ピリアロハ ロゼ ★
月3回 月曜日の夜間にフラダンスの練習をしています
- * 健康太極拳 (新規募集なし)
ゆったりとした動きの太極拳です
- * マジヨール ★
楽しくフラメンコのレッスンをしています
- * ハンキードーリーダンス ☆ ★
HIPHOPダンス教室(幼児・子ども～大人まで)
- * はぴすま熊本 ★
身体ほぐし…体全体が動きやすくなります
- * やさしいヨーガ ★
体の内なる声をききながらゆったりと行います
- * 智能気功 ★ (午前と夜間の講座あり)
リラックスして「気と血」の流れが良くなります
- * コットンヨガ (午前と夜間の講座あり)
ヨガ教室(心身リラックスする事で免疫力を高めます)
- * ピリアロハ フレッシュ ★
『フレッシュ』をモットーにしたフラダンスです
- * 武蔵ヶ丘ストレッチ教室 ★
J-POPのフリで楽しくエクササイズしています
- * 健康体操 むさし会
ゆっくり身体を動かしています
- * 健康体操教室 ★
転倒や尿漏れ予防に筋トレ体操を行っています
- * Gステップダンスサークル ★
社交ダンスを音楽に合わせて踊ります
- * 龍田社交ダンスクラブ ★
楽しく練習しパーティーや催しにも参加しています
- * 実践体育 ★
1時間で54種類の運動を偏りなく行う矯正体操です
- * ピリアロハ沖畑 ★
第5金曜日の午後にフラダンスの練習をしています



定期講座の他にも楽器の練習や勉強会、テレワーク・茶話会でのご利用などお待ちしております！