

# 大原校区コミュニティセンター 大原きぼうの森館 だより

【068号】2025. 11. 1  
発行：大原きぼうの森館  
〒838-0115  
小郡市大保1465-1  
TEL・FAX 42-6710  
担当：川添

休館日：第3日曜日、祝日  
振替休日、月の最終日

## ◇◇主催講座のご案内◇◇健康P＝健康・介護予防ポイント対象講座 ◇◇おおはらフォトギャラリー◇◇

### 「BON Dance」健康P

- 日 時：毎週水曜日（休館日除く） 午後2時～3時
- 持参物：水分補給できるもの、タオルなど
- ◆楽しく踊っていい汗をかきましょう  
笑いあり、おしゃべりあり、楽しく過ごしましょう

### 年間講座「おおはら寺子屋」 受講料 100円

～さまざまなテーマを学び体験、  
地域でのコミュニケーションづくりに繋げる～

スマホ教室	11月14日(金)	年間受講生優先、空き
料理教室	12月12日(金)	がある場合のみ募集



10月の寺子屋では東峰村に視察に行きました。北部豪雨の大惨事を目のあたりにして防災への意識が高まりました。



10月のからだメンテは、首・肩・腕をラクにするストレッチを学びました。椅子につかまって安全にエクササイズ！動画での復習もできます。



### 「からだメンテストレッチ」健康P

- ◆今日よりも1年後の自分が元気！を目指して、理学療法士の先生と一緒に簡単で効果的なストレッチに挑戦！
- 次回、11月12日 腰が軽くなる！骨盤＆股関節ストレッチ

### 報告！「いくつになっても綺麗な私に出逢う会」

- ◆10月18日（土）にケアメイク講座を開催しました。日頃縁遠くなったお化粧やネイルを楽しみ、みんなで記念撮影！心ウキウキ、笑顔いっぱいの日となりました ◎
- ※ ケアメイクとは高齢者にも優しいメイクです。

ネイルにお化粧をして写真  
…皆さんかわいすぎる♡



### お知らせ！「心のサプリメントスペシャル企画」 今年もやります！

#### 公開講座「冬の音楽会2025 Rejoice♪」

- 令和7年12月13日(土)午後2時から 受講料 100円
- ◆素敵な音楽を聴きながら、楽しい午後を一緒に過ごしましょう！（詳細はまもなくお知らせします！）
- 毎回、素敵な音楽に出逢えます。お楽しみに！



## ◇◇大原校区協働のまちづくり協議会のご案内◇◇

- ◆11/24(月・祝)「東野・大原ふれあいモルック大会」  
大原中学校体育館 青少年育成部会
- ◆11/25(火) 環境衛生講習会「教えて、共栄さん！」  
大原きぼうの森館 環境衛生部会
- ◆11/30(日) 大原校区「グラウンドゴルフ大会」  
小郡官衙遺跡公園 スポーツ部会



### 大原校区農産物の直売所『おおはら市場』

- 日 時：毎週木曜日（休館日除く）  
午前10時～午後5時

### おおはらカフェ

- 日 時：毎月第2土曜日（休館日除く）  
午前10時～



### 【休館日のお知らせ】

11月：3日(月・祝)、16日(日)、23日(日・祝)  
24(月・祝振替)、30日(日・月末日)  
12月：21日(日)、  
年末年始 28日(日)～  
R8 1月4日(日)



## 【講座のお申込みは、大原きぼうの森館へ！】

- ① TEL・FAX (42) 6710
- ② 右の「お問い合わせフォーム」から申込みができます。

大原きぼうの森館ホームページ →

