



お知らせ

注目！今回は60周年記念です！

第60回白石地区親睦大運動会 開催！



今回の運動会 推しポイント4選！



- ①競技が2種目増！そして、あの名物競技「**参戦のおかずゲット**」が帰ってくる！
 - ②昨年大好評の参加賞。子どもは駄菓子20品目→倍増！大人は食品・日用品等、自由に選択可能！
 - ③自治会テントのない方用の「自由観覧席（テント付）」設営！レジャーシートは自前で用意してね！
 - ④そして**運動会プログラムをつかったゲーム**！（日本初の試み？）内容は当日会場入口で発表！
- プログラムを持ってきてね！ ※プログラムは5月1日号の市報配布でお届けしています。

日 時 5月19日(日)8時30分(集合)～12時15分

場 所 白石小学校運動場(開催の場合は朝6時煙火打ち上げ／雨天中止)



最終競技「白石王に俺はなる！（○×クイズ）」運命の第1問！答えを覚えておくと当日有利です！

昨年の4月1日現在の白石の人口は10,426人。今年4月1日現在の人口の方が多い。○か×か？

このセンターたよりのどこかに答えがあります…

募集

白石地域交流センター主催！

心と体を整える！ヨーガ講座を実施します！

忙しい毎日を送る白石地区の皆様、日々のストレスから解放され、ヨーガで自分と向き合う時間を持ちませんか？インド中央政府公認のヨーガ講師吉川先生をお招きし、ヨーガ講座を実施します！

初心者でもできるポーズを行いますので、興味のある方・やってみたい方はお気軽にご参加ください♪託児を受け付けますので、子育て中の方もぜひ！

日 時 6月23日(日)10時～11時半

場 所 白石地域交流センター講堂(2階)

対 象 中学生以上の白石地区住民

定 員 先着15名

講 師 吉川ふくみ氏(インド中央政府公認ヨーガ講師)

参加費 不要

託 児 あり

持参物 ヨガマットまたはバスタオル、お水

※動きやすい服装で、2時間前までに食事を済ませてお越しください。

申込み 6月17日(月)17時までに二次元コードから申込み⇒

こんな方におすすめ！

- ・疲れをリフレッシュしたい方
- ・自分と向き合う時間を持ちたい方
- ・集中力を向上させたい方



<https://logoform.jp/f/uqsmU>

募集

センター定期利用団体「草月流」からのお知らせ
剣山をつかって季節の花を生けてみませんか

毎月第一・第三水曜日の17時から、小中学生～70代と幅広い年齢層の方々と季節を感じながら楽しくお花を生けています。

日常生活の中にお花をとりいれることで、心と体の時間を見つけませんか。

興味のある方のお越しをお待ちしております！

日時 6月19日(水)17時～19時
場所 白石地域交流センター講座室(3階)
定員 先着5名
参加費 不要
持参物 なし
申込み 草月流 阿座上 ☎090-7775-0295



募集

子育てサロンあゆみの会～あそびにおいてよ～
親子ヨガ「ママと子どものふれあいヨガ」

子育てについての相談や情報交換をしながら楽しく友達づくりをしましょう。

日時 5月15日(水)10時～11時半
場所 白石地域交流センター和室(2階)
対象 0歳から未就園児とその保護者
講師 OCHA YOGA ひさどみ しょうこ氏
参加費 不要
持参物 バスタオル1枚、飲み物
申込み 不要
問合せ あゆみの会 長尾
☎090-8605-0011



※動きやすい服装でお越しください。

お知らせ

白石地区社会福祉協議会からのお知らせ
「一休処」を開催します！

「一休処」を開所します。お気軽にお立ち寄りください。

日時 6月14日(金)10時～12時
場所 西門前商店街ライブステージ
内容 喫茶、ゲームコーナー、健康相談コーナー等

参加費 不要
問合せ 白石地区社会福祉協議会事務局
佐藤(火、金に出勤) ☎922-0381



お知らせ

山口市保健センターから健康チェック・健康相談会のお知らせ
「今から気を付けたい！ 高血圧対策」

日時 6月5日(水)13時～15時
6月6日(木) 9時～11時
場所 保健センター(糸米二丁目6-6)
対象 市民で健康づくりに関心のある方、健康診断結果について相談がある方等
内容 血管年齢測定、体組成測定、保健師・管理栄養士による健康相談等
参加費 不要
申込み 不要。受付時間内に会場にお越しください。
持参物 各種健康診断結果(お持ちの方)
問合せ 山口市保健センター 健康増進課
☎921-2666

注意事項 ・体組成測定をご希望の方は裸足になれる服装でお越しください。
・体調の悪い方は参加をご遠慮ください。

募集

白石地区母子保健推進協議会から
「育児学級」開催のお知らせ
親子で一緒に楽しいリトミック体操

お子さまの健やかな成長を願って育児学級を開催します。

日時 6月5日(水)10時～11時半
場所 白石地域交流センター講堂(2階)
対象 0歳から未就園児とその保護者
定員 先着15組
講師 岡 よしみ氏
参加費 不要
持参物 なし
申込み 6月3日(月)17時までに

二次元コードから申込み⇒
※運動のできる服装でお越しください。
※プレゼントもありますよ…。 <https://logoform.jp/f/VAsmy>



新着図書5/16～貸出

- 『ようこそ、ヒュナム洞書店へ』 ファン・ボルム
- 『じんかん』今村翔吾
- 『プラスチック』井上夢人
- 『国民の違和感は9割正しい』堤未果
- 『自分でできる子に育つ ほめ方 叱り方』 島村華子
- 『まいにち知育クイズ366 1日1ページで頭がよくなる!』高濱正伸
- 『でんでんでんしゃ』林木林

本屋大賞ノミネート作も多数配架中！