青サポ通信

VOL.183



令和８年１１月　浜田市青少年サポートセンター発行

早いもので、今年も残すところあと2ヶ月となりました。朝晩の冷え込みが厳しくなり、秋から冬へと季節が移りかわっていくのを感じます。この時期は、寒暖差による体調の変化や、インフルエンザなどの感染症にも気を付けたいものです。手洗い、うがいを心掛け、充分な睡眠とバランスの良い食事をとりながら、健康に過ごしましょう！また、この時期はお出かけにも気持ちの良い季節です。色づく木々を見たり、秋空を見上げたりと、自分のペースで心地よい秋の時間を楽しむのも良いのではないでしょうか？

１１月の教室・クラブ

スイーツ教室
さつまいもスイーツ
１１月５日(木)
時　間：14:00～15:30

ヨガ教室
１１月１１日(水)
時　間：14:00～15:00
参 加 費：300円
※活動しやすい服装で参加してください。

読書会
１１月１２日(木)
時　間：14:00～15:00

折り紙クラブ
立体バラ作り
１１月１７日(火)
時　間：14:00～15:30

書き方クラブ
１１月１９日(木)
時　間：14:00～15:00

料理教室
エビマヨ
１１月２４日(火)
時　間：10:00～12:00

パソコン教室
１１月２６日(木)
時　間：14:00～16:00

今月は10月に収穫したさつま芋を使った献立を作ります。ぜひ一緒に秋の味覚を味わいましょう！

～支援員より本の紹介～

妻が余命宣告されたとき、僕は保護犬を飼うことにした

小林　孝延　風鳴舎

編集者である小林孝延氏の実体験を書いたエッセイ。大切な人との限られた時間、その中での新しい家族との出会い。それがたとえ人ではなく動物だったとしても…命と向き合うこと、誰かを大切に想うこと。それは自分自身を救うことでもあるということが、静かな重みとなって心に響く一冊です。

活動紹介

９月に行ったアレンジメント教室の様子です。とても素敵な作品が完成しました！

この他、いろいろな教室を開催しておりますので、ぜひご参加ください。お待ちしています！







教室・クラブは予約制です。各教室の１週間前までに 25-0985 にお電話ください。

青サポ教室・青サポクラブ 11月 の予定

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2	3	4	5	6
	文化の日		スイーツ教室 14:00~15:30	
9	10	11	12	13
		ヨガ教室 14:00~15:00 参加費 300円	読 書 会 14:00~15:00	所内会議の為、 居場所利用は 10時半からです。
16	17	18	19	20
	折り紙クラブ 14:00~15:30		書き方クラブ 14:00~15:00	
23	24	25	26	27
勤労感謝の日	料理教室 10:00~12:00		パソコン教室 14:00~16:00	
30				
				

※教室・クラブは**予約制**です。一週間前までに **25−0985** までお電話ください。

＊ 料理教室・スイーツ教室は、マスク・エプロン・三角巾を持参してください。

＊ スポレクや屋外活動、ヨガ教室は、動きやすい服装でお越しください。

◎ **浜田市役所北分庁舎の2Fを居場所として、平日の 9:00~16:30 まで利用できます。**

パソコン、電子ピアノも自由に利用できます。
青サポ教室や青サポクラブの時間帯で教室に参加しない場合は、利用できる場所が限られますのでご相談ください。

◎ 青サポ通信は、浜田市のホームページからもご覧いただけます。

浜田市 HP 子育て支援サイト
↓
青少年サポートセンター
↓
青サポ通信を発行しています

浜田市教育委員会 学校教育課
青少年サポートセンター
〒697-0027 浜田市殿町22番地
浜田市役所北分庁舎 2F
相談専用フリーダイヤル 0120-783-419
TEL:0855-25-0985
FAX:0855-24-1080
E-mail:support@city.hamada.lg.jp