彩が丘公民館だより 2025(令和 7)年５月号（No.343）

あやがおか

(公財)広島市文化財団 彩が丘公民館
〒731-5153 広島市佐伯区河内南一丁目 21-6
<☎/FAX> (082)927-8338
<E メール> ayagaoka-k@cf.city.hiroshima.jp
<HP> http://www.cf.city.hiroshima.jp/ayagaoka-k/
<開館時間> 8 時 30 分～22 時
<受付時間> 月･水･土･日 8 時 30 分～17 時 15 分 木･金 8 時 30 分～21 時
<今月の休館日> 3(土)・5(月)・6(火)・7(水)・13(火)・20(火)・27(火)

5

住民基本台帳による人口及び世帯数（令和７年３月末） 人口：3,540 人 男：1,762 人 女：1,778 人 世帯数：1,520 戸

【利用者の皆様へのお願い】
○ 手洗い等の感染防止にご協力ください。
○ 体調の悪い方は来館をご遠慮ください。
○ マスクの着用は個人の判断となりますが、事業の内容によっては、利用者にマスクの着用を求める場合がありますので、予めご了承ください。

さきえあい えがおあふれる きぼうのまち 40th 佐伯区誕生 20th 湯来町合併 SAEKIKU

申込受付等について

受付開始日の記載のない場合は、５月１日(木)８時 30 分から申込受付開始します。
★ 開催場所の記載がないものは、彩が丘公民館が会場です。
★ いきいき このマークがある公民館主催・共催事業は、「高齢者いきいき活動ポイント」対象事業です。

彩が丘俳句（今月の俳句）

風光る（かぜひかる） 背（せ）なで踊（おど）るや ランドセル 靖子

柔らかく暖かな春の日の光の中、一年生になったばかりの小学生の背中で、ランドセルも嬉しそうにはしゃいでいる様に感じられるこの頃です。

みんなで歌おう！うたごえひろば

いきいき 要申し込み

童謡や懐かしい歌謡曲などを中心に、参加者全員で歌います。一緒に楽しく歌いましょう。

【日　時】 6月7日(土)　10 時 30 分～12 時
【対象･定員】 どなたでも・25 名（先着順）
【講　師】(公社)日本演奏連盟会員・ソプラノ歌手 桝本 純子さん
ピアノ奏者 片岡 雅恵さん
【持参物】 マスク、飲み物、メガネ（必要な方）
【申し込み】 6月４日(水)までに公民館へ

彩が丘の素敵な庭めぐり

要申し込み いきいき

【日　時】 ５月 11 日(日)　13 時～15 時
※ 開催時間が 10 時～12 時より変更になりました
【対象･定員】 どなたでも・20 名（先着順）
【持参物】 帽子、飲み物、タオル
【申し込み】 5月8日(木)までに公民館へ
【共　催】 彩が丘ガーデニングクラブ、彩が丘公民館

花でつながるまちづくり

要申し込み いきいき

公民館の花壇の整備をしていただくボランティアを募集します。①②どちらかだけの参加でも構いません。

①【日時／内容】5月 18 日(日) ９時～11 時／土の入れ替え
②【日時／内容】5月 31 日(土) ９時～11 時／花の植え付け

≪①②共通≫
【対　象】どなたでも　【持参物】 軍手、帽子、飲み物、タオル
【申し込み】①は５月 17 日(土)までに、②は5月 30 日(金)までに公民館へ

【彩が丘健康計画】

スマイル・ウォーキング

いきいき

団地内一周約４ｋｍのウォーキング。申し込み不要
【日　時】 5月９日(金)・23 日(金)　９時～10 時 30 分
彩が丘公民館集合　雨天中止
【持参物】 飲み物、動きやすい服装・靴

【読書のある生活を】

図書ボランティア

いきいき

お気軽におこしください。申し込み不要

【日　時】 5月9日(金)　10 時～
6月6日(金)　10 時～
【内　容】 図書館から配本された本の整理など

【彩が丘公民館ロビー展示】

●佐伯区交通安全児童生徒 習字・標語コンクール最優秀作品巡回展示

【期間】5月4日(日)～14 日(水)

●令和７年度　いきいき作品展

絵画、書道、写真、手芸など力作ぞろいです。
【期間】5月 25 日(日)　12 時～6 月 21 日(土)

○いきいき作品展 出品申し込み受付中

【出品申込書提出期限】5月 10 日(土)までに公民館へ
※ 詳しくは、公民館窓口にある募集要項をご覧ください。
【主催】文化愛好クラブ　【共催】彩が丘公民館

いきいきサロン

いきいき美容教室

要申し込み いきいき

～化粧のちからでフレイル予防！
そして元気いきいきに！～

【日　時】 6月9日(月)　10 時～12 時
【対　象】 どなたでも（体調良好な人、年齢制限なし）
【定　員】 30 名（先着順）
【内　容】 健康長寿を目指す３つの秘訣「運動」「食事」「交流」
● 手指の筋肉ストレッチ
● 唾液腺を刺激するマッサージ
● 眉を整え、顔色を整えるトレーニング
【講　師】 （株）資生堂職員　岩田 敦子さん
【持参物】 高齢者いきいき活動ポイント手帳（お持ちの方）
飲み物、動きやすい服装、手鏡（お持ちの方）
【申し込み】 6月４日(水)までに公民館へ
【主　催】 彩が丘学区社会福祉協議会　【共　催】 彩が丘公民館

認知症予防・対策講座

要申し込み いきいき

～認知症は他人事ではありません！～
【日　時】 5月 10 日(土)　10 時～12 時
【対　象】 どなたでも（ただし、体調良好な人）
【定　員】 30 名（先着順）
【内　容】 ● 認知症の原因・症状・予防法について
● 脳トレーニングと介護予防体操について
【講　師】 社会福祉士　酒井 祐典さん
（三和地域包括支援センター職員）
【持参物】 高齢者いきいき活動ポイント手帳（お持ちの方）
【申し込み】 5月8日(木)までに公民館へ
【主　催】 彩が丘学区社会福祉協議会
【共　催】 三和地域包括支援センター・彩が丘公民館

【公民館を折り紙で彩りましょう】

要申し込み いきいき

折りボラ活動『彩(いろど)り隊』

公民館を彩る作品作りをしましょう！
【日　時】 ① ５月1日(木)　10 時～12 時
② ６月5日(木)　10 時～12 時
【対象･定員】 どなたでも・各 16 名（先着順）
【持参物】 お持ちの方はピンセット、練習用折り紙、はさみ、のり
【申し込み】 ①は４月 28 日(月)までに、②は６月４日(水)までに公民館へ

【子育て応援】

子育てオープンスペース・ひよこ

新しい子育て仲間と一緒に遊び、交流の輪をひろげましょう。

【日　時】 5月8日(木)・28 日(水)
10 時～13 時（受付は 12 時まで）
【対　象】 乳幼児とその保護者、どなたでも
★お子さんの飲み物は各自準備をお願いします。
★「ママ・パパ cafe」があります。
大人用飲み物を用意しています。ご希望の方はマイカップと一家族 50 円をご持参ください。
【共　催】 彩 SUN☀クラブ、彩が丘公民館

あつまれ！わんぱく広場２５

７月６日(日) 開催決定！
詳しくは公民館だより６月号をご覧ください。

参加申込の際にお寄せいただいた個人情報は、本財団個人情報保護規定に基づいて適正に管理し、事業運営の目的以外には使用しません。