

令和7(2025)年
9月1日発行

ホームページで、本紙PDFや利用案内などをご覧になれます。

ちゅうこう

住所◆〒730-0005 広島市中区西白島町 24 番 36 号

電話◆082-221-5943 FAX◆082-221-5118

E-mail◆chuo-k@cf.city.hiroshima.jp

ホームページ◆http://www.cf.city.hiroshima.jp/chuo-k/

Facebook◆http://www.facebook.com/Chuokominkan/

ホームページ

Facebook



写真提供・河野宏志さん

■ information ■

【開館時間】午前 8 時半～午後 10 時【受付時間】午前 8 時半～午後 5 時 15 分（木、金曜日は午後 9 時まで）

【9月の休館日】火曜日（9/2、9、16、23、30）、9/24（水）、祝日（9/15（月））

【アクセス】JR「新白島駅」下車徒歩 7 分、バス停「西白島」下車徒歩 3 分、アストラムライン「城北駅」下車徒歩 3 分

【駐車場のお願い】施設（公民館・老人福祉センター・シルバー人材センター交遊館・レストラン）の共同利用者用駐車場は8台

（身障者用1台分含む）です。満車の場合は近隣の有料駐車場をご利用ください。

その他の施設の駐車場には、迷惑となりますので駐車しないでください。



Sep. – events

9月からの事業案内

※個別記載のない申込は、**9月1日(月) 8:30から 電話、来館**等にて開始します。※表記のない講座・イベントの開催場所は、**中央公民館**で開催します。※参加費表記のない講座・イベントは、**無料**で開催します。

※個人情報、事業目的以外に使用しません。

■ 中保健センター共催事業 ★高齢者いきいき活動ポイント対象事業

健康ウォーキング教室(全3回)

いつでも、どこでも手軽にできるウォーキング。正しい姿勢でウォーキングを行うことは、効果を高めるだけでなく、けがの予防にもなります。

	日 時	内 容
1	9月26日(金) 14:00～16:00	講義・実技 「3つの測定で運動機能をチェックしてみよう」
2	10月3日(金) 14:00～16:00	講義・実技 「～1回目の個人結果を活かして～ 簡単トレーニングを学ぼう」
3	10月10日(金) 14:00～16:00	講義・実技 「再確認！正しい姿勢で健康ウォーキング」

対象◆中区にお住まいの方で医師から運動を禁止されていない方

30人(申込先着順) ※原則すべての日程に参加できる方

講師◆広島大学大学院人間社会科学研究科 教授・広島大学スポーツ

センター研究員 田中 亮さん

持参物◆飲み物、タオル、外を歩く時の帽子等、動きやすい服装、靴(屋外用)でお越しください。

申込◆9月1日(月)9:00から9月19日(金)17:00まで(土・日・祝日を除く。)に、中保健センター(☎504-2528)へ電話または来館で

共催◆中保健センター、中央公民館

■ 図書ボランティア共催事業 ★ 高齢者いきいき活動ポイント対象事業

ちょこっと朗読会

9月は教科書掲載作品

秋の朗読会は教科書に載っているすてきな作品たちを紹介します。

「白い帽子」・「ごんぎつね」・「アンパンマンの勇気」

日時◆9月22日(月) 10:00～(1時間程度)

対象◆どなたでも

申込◆不要

協力◆中央公民館図書ボランティア「朗読の会」のみなさん

予告 10月20日(月) 10:00～(1時間程度)



◆ 市立図書館本の返却ポスト回収

回収日の前日までに2階公民館窓口下に設置している「本の返却ポスト」

にご返却ください。回収日(前日までに返却)◆9月6日(土)、20日(土)

■ 高齢者学級 中央ことぶき大学

9月17日(水)受付開始

★高齢者いきいき活動ポイント対象事業

赤のチカラを探る —カープ・モミジの広島から

赤ヘルに熱狂する、県の木モミジの紅葉をめぐる、宮島の朱の大鳥居を誇る。

—広島人が、こよなく愛する赤。赤に秘められたパワー、発する

メッセージを紐解いていく、楽しいお話をきいてみませんか？

日時◆10月15日(水) 10:00～12:00

対象◆おおむね60歳以上の方、先着60人

講師◆小沢康甫さん(広島民俗学会理事、中国放送OB)

持参物◆飲み物、高齢者いきいき活動ポイント手帳(お持ちの方)

■ 歴史学習散策会

★ 高齢者いきいき活動ポイント対象事業

広島城下歴史学習散策会～白秋編～

これまでに作製した『広島城下大絵図』、『広島城東大絵図』等を活用し、散策しながら地域の歴史や文化を学んでみませんか。

日時◆①10月11日(土) 9:30～12:00

②11月 1日(土) 9:30～12:00 (全2回)

内容◆二葉の里周辺の歴史散策

対象◆成人。先着20人。

※雨天の場合は散策会を中止し、座学となる場合があります。

講師◆郷土史研究家 佐々木卓也さん

集合場所◆二葉公民館(東区東蟹町9番34号 東区総合福祉センター6階 研修室1B)10:00頃まで講義、その後に散策します。

解散場所(予定)◆①10月11日(饒津神社周辺)

②11月1日(矢賀一里塚跡周辺)

持参物◆(お持ちの方は)「広島城東大絵図」、「高齢者いきいき活動ポイント手帳」、飲み物など

主催◆広島城下町案内衆・中央公民館

■ ロビー展

「広島市中国帰国者の会 手芸グループ」 切り絵展示

広島市中国帰国者の会 手芸グループは、毎月3回、中央公民館で活動しています。切り絵は、高齢者にも簡単で、楽しくできるような細工です。作品をぜひご覧ください。

期間◆9月8日(月)～28日(日) 会場◆中央公民館3階ロビー