

地域まるとチャレンジ講座

いきいき 1pt



～五感を使って楽しもう～
大人のリトミック

無料

心身の健康維持やコロナ自粛によるフレイル予防のためにも一度やってみませんか。記憶をたどって風景を感じながら清々しい時間を楽しみましょう。

- ◆日時 5月21日(水) 10:00～11:30
- ◆内容 呼吸と発声法を学び、五感を使い感じながら歌い、音楽やリズムを楽しむ。
- ◆対象 どなたでも
- ◆定員 12人(先着順)
- ◆講師 音楽講師 合木 明子さん
- ◆持参物 飲み物
- ◆申込 5月8日(木)～5月17日(土) 公民館へ

高齢者のための

パソコンアドバイスルーム

いきいき 1pt

無料

- ◆日時 5月19日(月) 9:30～11:30
- ◆内容 パソコンのスタートからワード・エクセル・パワーポイントの基本を学ぶ。相談(限りがあります)にもできるだけ対応。
- ◆対象 概ね65歳以上の方 先着6人
- ◆講師 パソコンインストラクター 岡本 眞理子さん
- ◆持参物 パソコン、筆記用具
- ◆申込 5月12日(月)から公民館へ



乳幼児健康相談室

佐伯保健センター
からのお知らせ



- ◆日時 5月8日(木) 9:30～11:00
- ◆場所 公民館 2階和室
- ◆内容 乳幼児の身体測定、育児相談など
- ◆持参物 母子健康手帳、バスタオル
- ◆問合せ (082)943-9733〔佐伯保健センター〕

かがやき大学

いきいき 1pt

無料

今回のテーマ



「これから」について考えよう
～ACP 人生会議～

「人生会議」とは、『もしもの時のために希望する治療やケアについて、前もって繰り返し話し合う取り組み』のことです。もしもに備え、一緒に学んでみませんか？

- ◆日時 6月7日(土) 13:30～14:30
- ◆対象 概ね65歳以上の方 先着20人
- ◆講師 広島市三和地域包括支援センター 社会福祉士 須藤 実咲さん
- ◆申込 公民館へ
- ◆共催 藤の木学区町内会連合会、藤の木学区交友会、藤の木ふれあいネット(藤の木学区社会福祉協議会)、広島市三和地域包括支援センター

みんなで歩こう 藤の木ウォーキング

近隣公園に集合して、初夏の団地周辺をみんなで
のんびり歩きましょう。

いきいき 1pt

無料

- ◆日時 5月25日(日) 10:00～12:00
- ◆集合場所: 近隣公園〔藤の木南第一公園〕
- ◆対象 どなたでも
- ◆持参物 帽子、タオル、ショルダーカリュック
※飲み物は準備します。
- ◆締切 5月28日(水) ※当日の参加も受付ますが、
できるだけ事前に申込みをお願いします。
- ◆申込 公民館に置いてある申込み用紙で申し込むか、
直接電話または fax で公民館まで。
- ◆共催 藤の木学区体育協会
※雨天の場合は中止します。



地域インフォメーション

藤の木学区交友会
090-3744-3117(宝木)

藤の木学区社会福祉協議会 090-7898-0238(森木)

はつらつ百歳体操

いきいき 1pt

- ◆日時 1日、8日、15日、
29日 いずれも木曜日
10:00～11:30
- ◆持参物 タオル、水分、動きやすい服装

無料



いきいき百歳体操

いきいき 1pt

- ◆日時 12日、19日、26日 いずれも月曜日

無料

①10:00～ ②11:00～

飲み物持参でご参加ください。

①1・4丁目+小深川地区

②2・3丁目+奥原地区

高齢者生活支援相談・オーブンドア
+ ふれあいサロン(認知症カフェ)

無料

会場は、4丁目集会所で

いきいき 1pt

- ◆日時 毎週火・水・金曜日 10:00～
- ◆対象 藤の木学区にお住まいの方

※「ふじのき いきいきサロン」5月はお休みです

ほっとひととき
井戸端カフェ

いきいき 1pt

一緒に絵手紙や折り紙を
楽しみましょう。

無料

- ◆日時 10日(土)
24日(土)
14:00～16:00

藤の木児童館 082-927-6287

開館日: 月～金曜日 13:00～18:30 土曜 10:00～17:00

◆5月の行事

14日(水)～16日(金) 放課後 フェルトでつくる小物入れ: 申込 要

17日(土) 10:30～ 卓球教室: 申込 要

22日(木) 14:00～ 交通安全教室(1, 2年生対象): 申込 不要

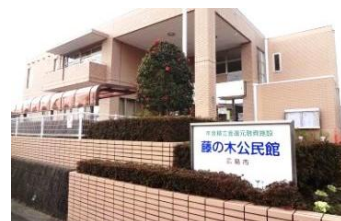
※開館日時、行事時間等の詳しいことは、児童館だよりをご覧ください。

児童館の利用、行事の参加には、事前に「利用登録」が必要です。



Information

藤の木公民館インフォメーション



開館時間

8:30～22:00

受付時間

8:30～17:15
(木・金は 21:00 まで)

休館日

火曜日、祝・休日
(日曜日は除き、祝・休日が火曜日のときは、その直後の休日でない日)、12月29日～1月3日、
8月6日

アクセス

広電バス(藤の木団地行き)の「近隣公園前」
停留所で下車後、徒歩1分

駐車場

全 26 台分
(うち身障者用駐車場 1 台)



問い合わせ・主催事業の申込みは
☎ 082-927-2496 へ

絵手紙サークル秋桜



皋月のおたより

- 会場記載がないものは、藤の木公民館が会場です。
- 受講のお申込みは、電話・来館でお願いします。
- お申込みの際にいただく個人情報は事業運営の目的以外に使用しません。

広島市高齢者いきいきポイント

いきいき 1pt

公民館事業参加の場合

いきいき 2pt

ボランティア参加の場合