



休館日

6日、12日、
13日、20日、
27日

藤の木通信

最新情報は
ホームページで
確認するッピ!



藤の木公民館



編集・発行：(公財)広島市文化財団 藤の木公民館
住所：〒731-5103 広島市佐伯区藤の木 2-27-7

ホームページ <http://www.cf.city.hiroshima.jp/fujinoki-k/>
E-mail: fujinoki-k@cf.city.hiroshima.jp

TEL & fax : 082-927-2496

第5回 藤の木学区ふれあい祭り

10月18日(日) 10:00~15:30 少雨決行 会場:藤の木南第一公園(近隣公園)

各種バザー(飲食、フリーマーケットなど)、ステージ(ダンス・漫才ほか)、お楽しみ抽選会

詳細は、藤の木学区ふれあい祭りパンフレットをご覧ください

いきいき1pt

主催/藤の木学区町内会連合会/藤の木学区まちづくり推進協議会/藤の木学区ふれあい祭り大会委員会/
藤の木エルモ共催/藤の木公民館まつり実行委員会

第30回 藤の木公民館まつり

11月28日(土)・29日(日) 10:00~15:00 会場:藤の木公民館

芸能発表、グループ作品展示、グループ活動紹介ポスター、活動体験、食品バザー

【ゲスト】広島市消防音楽隊、広島修道大学ジャグリング部(予定)

詳細は、藤の木通信11月号および公民館まつりプログラム(藤の木通信11月号とあわせて配布)をご
覧ください。 主催/藤の木公民館まつり実行委員会

花いっぱいのもちづくり

藤の木フラワーサロン



◆日 時 10月1日(木)、15日(木)、29日(木)
10:00~11:30

いきいき2pt

◆対 象 どなたでも

◆持参物 汚れてもよい服装、飲み物

◆共 催 さえきフラワープロジェクト、藤の木フラワーサロン

本と出合えるブックカフェ

「本と出会い、人とつながる」
本を通じて脳トレをしてみませんか。

◆日 時 10月9日(金) 図書整理終了後~11:30

◆内 容 おすすめの本などの紹介

◆対 象 どなたでも ※申込不要

◆持参物 おすすめの本、飲み物など

◆協 力 図書ボランティア

※次回のブックカフェ 11月6日(金)

いきいき1pt



みんなのひろ場

「輪投げ大会! 輪投げ名人はだれだ!!」

◆日 時 10月8日(木)14:00~16:00

こどもから高齢者まで、だれでも参加できます。みん
なで楽しみましょう!

いきいき1pt

高齢者のためのパソコンアドバイスルーム

◆日 時 10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びます。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 10月7日(水)~15日(木)に公民館へ

いきいき1pt

グループ体験会「ヨガ」

◆日 時 10月28日(水)12:00~13:00

◆対 象 どなたでも 先着3人

◆持参物 ヨガマット(あれば)、飲み物、タオル

◆申 込 公民館へ

◆共 催 リラックスヨガ(公民館学習グループ)

いきいき1pt

史跡がささやく藤の木ロマン (地域まるごとチャレンジ講座)



～団地の下に眠る古代遺跡を中心に～
かつて、藤の木団地造成時に弥生時代の土
器、竪穴式住居跡、貝塚などの遺跡が出土し
たのをご存知ですか? 悠久の歴史の中で、古代の藤の
木に住んでいた人々の暮らしや生活を想像しながら、周
辺の遺跡も含めて、思いを当時の世界へタイムスリップし
てみませんか?

◆日 時 10月30日(金) 13:30~15:30

◆テーマ・講師

○笹利迫田遺跡について

～発掘の経緯、出土したものからわかる弥生時代の
地形・暮らし～

(講師)公益財団法人埋蔵文化財調査室 調査研究員

順田 千織さん

○佐伯区ロマン～古代の藤の木とその周辺地域

(講師)大学講師 河濱 一也さん

◆対 象 成人・40人

◆申 込 公民館へ

いきいき1pt



これならできる!! 暮らし力UP!

初めての男めし (男女共同参画講座)



人生100年時代、毎日の
「食」は元気に暮らすための
基本です。初心者大歓迎!
一緒に作ってみんなで食べ
て、新しい仲間を作りませ
んか? 1回のみの参加も大丈
夫です。

◆日 時 ①10月30日(金)18:00~20:00

「鮭の香味だれ和え・小松菜ナムル ほか」

②11月 6日(金)18:00~20:00

「豚バラ肉豆腐・たたききゅうりの酢物 ほか」

◆対 象 成人男性・12人(先着順)

◆講 師 栄養士 原 のぶさん

◆参加費 各700円(※当日集めます。)

◆持参物 エプロン、三角巾、てふき、飲み物

◆申込締切 それぞれ10/25、11/1までに公民館へ
※締切以後のキャンセルは参加費を徴収さ
せていただきます。

いきいき1pt

子育てオープンスペース ふじのきっこ

10月はお休みです。次回は11月9日(月)です。

10月 行事カレンダー

1 木 フラワーサロン
はつらつ百歳体操[交友会]

2 金

3 土 公民館まつり実行委員会
かがやき大学
ロビー展示(~26日)

4 日

5 月 いきいき百歳体操[社協]

6 火 休館日

7 水 スポーツ吹矢

8 木 みんなのひろ場
はつらつ百歳体操[交友会]9 金 図書ボランティア活動日
本と出合えるブックカフェ

10 土

11 日

12 月 休館日

13 火 休館日

14 水 スポーツ吹矢

15 木 フラワーサロン
はつらつ百歳体操[交友会]

16 金

17 土

18 日 藤の木ふれあい祭り

19 月 高齢者のためのパソコンアドバイスルーム
いきいき百歳体操[社協]

20 火 休館日

21 水 ロビー展示(~11/1)

22 木 はつらつ百歳体操[交友会]

23 金

24 土 井戸端カフェ

25 日 藤の木どんなまちコンクール入賞作品表彰式

26 月 いきいき百歳体操[社協]

27 火 休館日

28 水 グループ体験会(リラクソヨガ)

29 木 フラワーサロン
はつらつ百歳体操[交友会]30 金 史跡がささやく藤の木ロマン
初めての男めし

31 土

図書ボランティア活動

10月9日(金)10:00~11:00

図書室の整理など

いきいき2pt

次回 11月6日(金)

ロビー展示

「マウスは絵筆 ワードで遊ぶ」

出品:三瀬 道子さん

10月3日(土)~10月26日(月)

「献血啓発展」

10月21日(水)~11月1日(日)

かがやき大学

テーマ:栄養について学ぼう

- ◆日時 11月7日(土)13:30~14:30
- ◆対象 概ね65歳以上の方
- ◆講師 特別養護老人ホーム石内慈光園管理栄養士 中津 貴子さん いきいき1pt
- ◆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

自分の体は自分で守る
～ウォーキング基礎知識～

ご自身の「歩き方」を意識したことがありますか？
本講座では、毎日の何気ない「歩く」を見直し、ウォーキングの基礎知識を楽しく学びます。心も身体もいきいきとした健康づくり、始めてみませんか？

- ◆日時 11月16日(月)10:00~12:00
- ◆対象 どなたでも 30人程度 いきいき1pt
- ◆講師 健康運動指導士 中村 晃士さん
- ◆内容 (前半室内) 歩行姿勢の確認、正しい歩き方のポイント、靴の選び方など
(後半屋外) 藤の木南第一公園(近隣公園)でのウォーキング実践
- ◆申込 公民館へ
- ◆共催 藤の木学区公衆衛生推進協議会、広島市佐伯保健センター
- ◆協力 藤の木歩こう会



女性会からのお知らせ おりづる平和学習

10月はお休みです。次回は11月13日(金)です。

木・金曜日の夜間の受付時間変更のお知らせ

令和8年8月1日から、窓口業務(公民館使用承認申請書受付(仮予約含む)、印刷サービス、主催事業申込受付、図書利用の新規受付など)の受付時間が下記のとおり変更となります。どうぞよろしくお願いいたします。

曜日	変更前	変更後
毎週木・金	8:30~21:00	8:30~19:00

※他の曜日の受付時間(8:30~17:15)は、これまで通り変更ありません。※開館時間(8:30~22:00)の変更はありません。

花と緑と音楽の日

～珠玉のピアノコンサート～



バッハからバルトークまでの名曲を、時代の流れに沿ってお届けします。日常生活に溶け込んでいるピアノ曲をゆっくり聴いてみませんか。

- ◆日時 11月14日(土)開場 13:30 開演 14:00
- ◆対象 どなたでも 先着40人 いきいき1pt
- ◆出演 ピアニスト 石橋 裕子さん
※藤の木団地にゆかりのある方です。
- ◆申込 10月14日(水)~11月13日(金)に公民館へ

♪プログラム♪

<バロック>
「平均律」第1巻第1番 BWV846
前奏曲 /J.S.バッハ
<古典派>
ソナタ OP.13「悲愴」第3楽章/ベートーヴェン
<ロマン派>
「24の前奏曲 OP.28」より
第7番イ長調、第24番ニ短調/ショパン
<近現代>
「ミクロコスモス」より オスティナート/バルトーク ほか



石橋 裕子さん

本のふれあい譲渡会



今年は「第30回藤の木公民館まつり」の2日目に開催予定です。ご自宅に眠っている本はありませんか？本をお寄せください。

- ◆日時 11月29日(日)10:00~11:30
- ◆本の出品申し込みについて
一人何冊でも出品できます。10月31日(土)までに、公民館にある所定の申込票に持参の本の数などを記入し提出してください。
- ◆出品の本について
漫画・雑誌・辞書・全集・汚破損の激しいものは出品できません。
本の搬入は11月15日(日)~25日(水)8:30~17:00
<17日(火)、23日(月)、24日(火)は休館日>
※本のふれあい譲渡会終了後、残った本は12月26日(土)まで公民館ロビーに置き、その後は公民館で対応します。

いきいき1pt

地域インフォメーション

藤の木学区交友会
090-3744-3117 (宝木)

- ▷はつらつ百歳体操 いきいき1pt
- ◆日時 1日、8日、15日、22日、29日
いずれも木曜日 10:00~

- ▷グラウンドゴルフ いきいき1pt
- 毎週 月・水・金曜日 8:30~
- 場所はふれあいグラウンドです



藤の木学区社会福祉協議会 090-7898-0238(森木)

▷いきいき百歳体操 いきいき1pt

- ◆日時 5日、19日、26日 いずれも月曜日
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・オープンドア

いきいき1pt 会場は、4丁目集会所です。

- ◆日時 毎週火・水・金曜日 10:00~12:00
- ◆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10月はお休みです。

▷ほっとひといき 井戸端カフェ

一緒に絵手紙や折り紙を楽しみましょう。

- ◆日時 24日(土) いきいき1pt 14:00~16:00



藤の木児童館 927-6287
10月の行事

8日(木) ウォーキングホッケー 申込不要

25日(日) PTA バザー 児童館工作コーナー

詳細は藤の木児童館だよりをごらんください。

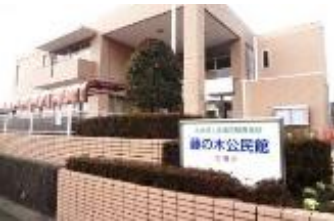
献血推進協力会「献血にご協力を！」

11月1日(日)13:30~16:00

- ◆会場 藤の木公民館
- ◆対象(体重 50 kg以上の方)
男性 17歳~69歳 女性 18歳~69歳

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19:00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

- 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。
- 参加費の記述のないものは無料です。
- 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



藤の木公民館 花壇の様子
(9/18現在)