

# 可部公民館だより



5・6  
月号

発行：公益財団法人広島市文化財団 可部公民館  
広島市安佐北区可部三丁目19番22号  
(安佐北区総合福祉センター7・8階)  
TEL：(082)814-4031 FAX：(082)814-4721  
メール：kabe-k@cf.city.hiroshima.jp  
ホームページ：http://www.cf.city.hiroshima.jp/kabe-k/



LINE



Facebook

## 【G7 広島サミット応援事業】

### 可部の作り場① マンホール×二重焼き

『可部の作り場』は、手作りを楽しみながら地域の良さを知ることができる講座です。製鉄所が「鉄」で熱くまちの活性化をお手伝い。地域に根差したモノづくりの歴史や製造製品のデザイン、最新の取組みなどのお話を聞いて、合格マンホール二重焼きを作ります♪

日 5月13日(土) 9:30~11:30 対 どなたでも 定 16人(申込先着)

場 可部公民館 研修室1A 持 筆記用具、エプロン、三角巾、マスク、手ふきタオル

料 500円(当日徴収) 講 友鉄工業株式会社 広報室 室長 児玉 誠さん

申 5月11日(木)までに公民館へ電話か来館で



広島(安佐北区)の魅力を発信!  
G7 広島サミットを応援します◎



## ガイドクラブと歩く可部のまち

### “大文字まつり”起源と歴史を訪ねるまち歩き

高松山頂上付近に「大」の字を灯す大文字まつりが4年ぶりに開催されます。開催初日の朝、ボランティアガイドと一緒に可部のまちをめぐるみましょう。

日時	定員	散策場所
5月27日(土) 9:00~12:00	申込先着 15人	JR 可部駅西口→明神社→根の谷川河川敷→高畑祇園神社など

対 どなたでも 料 無料 持 筆記用具、飲み物、帽子

他 少雨決行、雨天の場合は公民館で座学(当日7:30に決定)

申 公民館へ電話か来館で

〈集合〉9:00 JR 可部駅西口 〈解散〉安佐北区総合福祉センター

【協力】可部ガイドクラブ

### 大文字まつり

約300年前から続く、火事にならないようにとの願いを込めた行事で、高松山に大の文字の灯りがともされます。

5月27日(土)19:00~24:00

5月28日(日)19:00~24:00

※その他、可部の各地で関連イベントが開催される予定です。

## 満喫! かべ学 「次世代に語り継ぎたい可部の歴史」(第1回)

可部は、歴史と文化を今に伝える由緒あるまちです。今回は、前回に引き続き、可部に残る城跡を取り上げ、戦国時代の可部地域の様子や時の権力者を取り巻く情勢を探っていきます。

日時	定員	内容	講師
6月10日(土) 14:00~16:00	申込先着 60人	可部の城跡をめぐる 続編③ ・毛利氏と熊谷氏について ・戦国時代の安芸国(可部地域を中心に) ・戦乱の世での熊谷氏の戦略	可部郷土史研究会 会長 坊 聡彦さん

対 どなたでも 場 6階 大会議室 料 無料 持 筆記用具 申 公民館へ電話か来館で

★講座終了後、講座の様子をYouTubeで試験的に配信しています。【満喫!かべ学】チャンネル(YouTube)



日…日時、期間 対…対象 定…定員 場…会場 内…内容 講…講師 料…参加費など  
持…持ってくる物 申…申し込み方法 問…問い合わせ先 他…その他  
※講座への参加申し込みの際にお伺いした個人情報は、目的以外には使用しません。

いいきい P 高齢者いいきい活動  
ポイント対象講座

●講座参加の申込受付は 5月1日(月)からです。 ☎814-4031

令和5年度開講

令和5年度 広島文教大学×可部公民館 安佐北アカデミーまなび場

## こころと賢くつきあおう! 大人のための心理学講座

日常生活のさまざまなシーンで役立つ心理学をご紹介します。広島文教大学の学生も実験やワークショップで講義に加わります。ともに考えともに学びましょう。

回	日時	内容	講師
①	6月3日(土) 13:30~15:30	加齢と記憶の心理学(認知心理学) 自らの記憶とうまくつきあうためのヒントが見つかるかもしれません。	人間科学部心理学科講師 みやぎ まどか 宮城 円さん
②	7月1日(土) 13:30~15:30	どうやったら上手にいく?(スポーツ心理学) 縁起を担ぐ、神頼みをして上手にいかない時と上手にいく時の違いについて考えてみましょう。	人間科学部心理学科教授 たむら すずむ 田村 進さん
③	7月29日(土) 13:30~15:30	嘘をつく「ばれている」と感じるのはなぜか(社会心理学・臨床心理学) 実験を交えながら、なぜこのような感覚を持つのか、人間はなぜ嘘をつくのかについて解説します。	人間科学部心理学科講師 あべ なつき 阿部 夏希さん

対 どなたでも 定 各30人(申込先着) 場 可部公民館 研修室1 料 無料 持 筆記用具

【共催】広島文教大学

## はじめての日本語教室企画交流プログラム

### 日本文化を外国人が伝える~茶道~

ウクライナで茶道(裏千家)の専任講師として活動しているシルニツカ 宗知さんによる茶道のお稽古体験と、外国人から見た「日本文化~茶道~」についてのお話を聞きながら交流します。心のこもったおいしいお茶と講師手作りの和菓子を楽しみましょう。

日 5月28日(日) 11:00~12:00 対 どなたでも 定 10人(申込先着)

場 可部公民館 和室 講 シルニツカ 宗知さん(ウクライナ出身)

料 お菓子代実費(250円~300円・当日集めます)

申 5月26日(金) 17時までに公民館へ電話か来館で。



## はじめての日本語教室

一緒に日本語を学んで身につけましょう。

曜日	日にち
水曜日	5月…10日・24日 17~19時 6月…7日・21日
土曜日	5月…13日・27日 10~12時 6月…10日・24日

対 日本語を学びたい外国人 場 可部公民館

料 無料 申 公民館へ電話か来館で

## KABEパソコンサロンパソコン相談室

ワードやエクセル、インターネット検索方法など初歩的な疑問点にパソコンボランティアがお答えします。パソコン設定等は対応できません。

日 5月10日(水) 10:00~12:00

5月27日(土) 13:30~15:30

6月14日(水) 10:00~12:00

6月24日(土) 13:30~15:30

対 初心者 定 各回8人(申込先着) 場 可部公民館 会議室

料 無料 持 ノートパソコン 申 公民館へ電話か来館で



《開館時間》午前8時30分~午後10時 《受付時間》午前8時30分~午後5時15分 ※木曜日・金曜日は午前8時30分~午後9時

《休館日》【5月】2日(火)~5日(金)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火) 【6月】6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火)



## 可部山まゆ同好会展 6月17日(土) 10:00~17:00

場所：可部公民館 研修室1 6月18日(日) 10:00~16:00

「可部山まゆ同好会」は、江戸時代から昭和の初めまで栄えた可部地方の「山まゆ織り」を次の世代に伝えるため、山まゆを飼育して繭から糸を紡ぎ、山まゆ糸を使った作品を制作しています。



同好会を取材して制作された広島中等教育学校放送部の「紡ぐ 織る 繋ぐ」の上映やヤマユの幼虫の実物も展示しています。ぜひご来場ください。

【展示内容】山まゆ関連資料、同好会紹介ビデオ上映、同好会員作品、古い山まゆ織り、ジュニア会員の活動紹介、可部・可部南小学校の活動紹介 ほか

## あさきた！健康チャレンジャー教室

～人生100年時代を生きる自分の体をつくろう！～

日々の生活習慣の積み重ねによっておこる生活習慣病。放っておくと、糖尿病、脳血管疾患、循環器疾患などの原因となります。まずは、自分のからだを知って、みなさんと一緒に食事や運動などの生活習慣改善・維持にチャレンジしてみませんか？

① 6月21日(水) 10:00~12:00

- ◆健診結果を見てみよう
- ◆血管年齢・体力測定
- ◆簡単ストレッチ&筋トレ紹介

◎健康運動指導士  
おおせと 大背戸 まりこさん

② 7月13日(木) 10:00~12:00

- ◆生活習慣病ってなあに？
- ◆体力測定

◎安佐北保健センター医師  
◎健康運動指導士  
おおせと 大背戸 まりこさん

③ 7月27日(木) 10:00~12:00

- ◆体をつくる栄養のとり方
- ◆体力測定

◎健康運動指導士  
おおせと 大背戸 まりこさん

今後、以下の日程で予定しています。

- ④9/14(木) 10:00~12:00(調理)
- ⑤10/19(木) 13:30~15:30(お口の話)
- ⑥11/9(木) 10:00~12:00(睡眠・休息)
- ⑦2/7(水) 10:00~12:00(ふりかえり・体力測定)

◎安佐北区居住の方 定各25人(申込先着) 無料(ただし④の調理実習は実費徴収有り)

持筆記用具、飲み物、動きやすい服装で

場①,④安佐北区総合福祉センター3階、②,③,⑤~⑦7階 研修室1

◎安佐北区地域支えあい課へ電話か来館で ☎819-0586

【共催】安佐北区地域支えあい課、可部公民館



## 積み木遊びワーク

4,000個の積み木が生み出す驚きの世界を体験しよう！



日7月9日(日)①10:00~12:00  
②13:30~15:30

◎①幼児~小学校低学年とその保護者(先着10組)  
②小学校低学年~大人(先着10組)

¥親子1組2,500円 ※大人1人毎に1,000円追加

場安佐北区総合福祉センター6階 大会議室

◎子どもネットワーク可部へ ☎815-1530

【主催】NPO法人子どもネットワーク可部、可部公民館

図書室の本入替作業

5月8日(月)  
6月12日(月)  
13:30~14:30

## ★ロビー展示★

《7階・可部公民館ロビー》

●G7広島サミット応援事業  
「デザインマンホール」写真展

5月8日(月)~5月22日(月)  
友鉄工業が製作・設置された広島サミットのデザインマンホール写真等を展示します。



《1階・安佐北区総合福祉センターロビー》

●「親子ミュージカル」活動パネル展示

4月23日(日)~5月27日(土)

●「可部フォトクラブ」作品展

5月11日(木)~5月21日(日)

## どこからでも参加できるオンライン子育て事業

### Zoomでママトーク

～ゆったり子育て応援タイム～

令和5年度は、市内10公民館が連携して月に1度の開催です。詳細は、募集チラシ(二次元コードからご覧いただけます)をご確認の上、担当公民館へお申込みください。

対象：0~3歳の乳幼児とその保護者

参加費：無料

★5月29日(月) 13:30~15:00

子どもと安全に暮らす・遊ぶための準備

★6月21日(水) 13:30~15:00

椅子を使った産後ケアピラティス



【令和5年度・第1期】

### 初めてママの子育てプログラム 赤ちゃんといっしょ♡

子育ては、ドキドキワクワクの連続。お誕生日が近い赤ちゃんのママたちで気軽におしゃべりしてみましょう。

対象：初めて子育てするママと  
おむね1~5カ月の赤ちゃん  
(全4回に参加できる人。先着6組)

参加費：無料

①5/19 ②5/26 ③6/2 ④6/9  
すべて金曜日の14:00~15:30

申込み：中央公民館(chuo-k@cf.city.hiroshima.jp)

へEメールでお申込みください。  
件名は「赤ちゃんといっしょ参加申し込み」  
本文で以下の項目をお知らせください

- ①お名前(ふりがな)
- ②連絡先電話番号
- ③お子さんの名前、性別、お誕生日
- ④Zoom経験(ある・ない)
- ⑤参加に使う機器(パソコン・タブレット・スマホ)

主催：中央・二葉・温品・仁保・大河・三篠・井口・沼田・可部・利松公民館

共催：NPO法人子どもコミュニティネットひろしま

後援：公益財団法人ひろしま子ども夢財団

## 活動体験会

可部公民館で学習するグループによる「活動体験会」です。気軽に見学・体験できますので、新しいことに挑戦したい人はぜひご参加ください！初心者も歓迎です。

☑どなたでも ☑公民館へ電話か来館で

### ①『親子ミュージカル』

一緒にミュージカルを楽しむ4歳から高校生、保護者のメンバーを募集します！

今年も平和コンサート、公民館まつり、演劇空間に出演予定です。一緒に舞台に立ってみませんか？

体験会では、ミュージカル「アニー」の主題歌『トゥモロー』を歌います。皆さんのお越しをお待ちしています。

日5月27日(土) 10:00~11:00

場可部公民館 研修室2 定10人(申込先着)

持飲み物、動きやすい服装で



### ②『詩吟蜻蛉(しぎんせいれい)』

詩吟ってな~に？だれにでもできるよ！

詩吟は生涯学習。これから何か始めてみたい方、歓迎します！見学と体験にお越しください。

日5月20日(土) 10:30~12:30

場可部公民館 研修室1A 定5人程度

持筆記用具



### ③『かんたんエアロビクス』

エアロビクスで健康な体づくりを目指しています。

お互いに和気あいあいとおしゃべりしながらの楽しく健康作りをしています。

日5月25日(木) 10:00~12:00

場可部公民館 ホール 定20人

持タオル、飲み物、室内シューズ



### ④みんなで作る！土づくり・花の植え替え

ボランティアグループ「可部さわやか花づくりの会」と一緒に、屋外花壇の植え替えをしませんか。花の好きな仲間と集い、楽しく作業をしましょう！

日①5月26日(金) 9:00~12:00 土づくり

②6月2日(金) 9:00~12:00 植え替え

場安佐北区総合福祉センター屋外花壇 定6人

持作業用手袋、スコップ、飲み物 ☆水やりボランティア募集中！



《お礼》「可部公民館だより」は、中国新聞販売所(可部中央・可部南・可部北)、朝日新聞ASA可部、読売センター可部 各所のご厚意により新聞折り込みいただいています。