

己斐公民館だより 246号

# こい

## 7・8月号

編集・発行:(公財)広島市文化財団 己斐公民館  
e-mail: koi-k@cf.city.hiroshima.jp  
ホームページ: <http://www.cf.city.hiroshima.jp/koi-k/>  
TEL・FAX:(082)273-1765  
address: 広島市西区己斐中一丁目15番3号



開館時間: 8:30 ~ 22:00  
受付時間: 【月・水・土・日】8:30 ~ 17:15  
【木・金】8:30 ~ 21:00

7月・8月の休館日  
【7月】火曜日(1日、8日、15日、22日)、21日(月・祝)  
【8月】火曜日(5日、12日、19日、26日)、6日(水)、11日(月・祝)

■高齢者いきいき活動ポイントは、各主催事業対象事業です。ただし、ロビー展など不特定多数の方が参加する事業は対象外です。ご了承ください。

### 間引菜の散らばる畝に夕日落つ

己斐初心者俳句グループ 三宅 幸枝 作

解説: 散歩の途中、間引かれた大根菜に日が当たり、どこか寂しく感じた夕暮れの風景です。

※講座の申込みは、7月2日(水)8:30から電話・窓口にて受け付けます。(別途指定している場合を除く)

### 公民館の講座情報

#### ■公民館被爆80周年事業■

#### 被爆電車に乗ってヒロシマの記憶をさがそう



今年被爆から80回目の節目を迎えようとしています。被爆電車に乗って、車窓から見える被爆建物や被爆樹木を巡り、あの日と現在をつなぐヒロシマの記憶を訪ねてみましょう。

【日時】7月26日(土)9:00~11:30頃(雨天実施)

【集合場所】己斐公民館3階(研修室1)

【受付時間】8:40~9:00 ※時間厳守

【内容】己斐公民館で平和学習後、西広島駅から被爆電車に乗って移動。西広島駅→広島港→広島駅

《往信側》

【講師】平和学習講師 木下 りつ子さん

【対象】どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

【定員】30人(申込多数の場合は抽選。初めての方や小学生親子を優先する場合あり)

【持参物】飲み物、帽子、雨具(雨天の場合)、電車内で羽織るもの(冷房対策)など  
※広島駅で解散となりますので、帰りの交通費をご持参ください。

【申込み】往復ハガキに必要事項を記入し、己斐公民館(〒733-0813 広島市西区己斐中一丁目15-3)へ郵送  
※1家族2人まで申込み可  
締切 7月4日(金) ※当日消印有効

【主催】三篠公民館、観音公民館、己斐公民館

〒733-0813	白紙
広島市西区己斐中一丁目15-3	
広島市己斐公民館行	

《返信側》

返信先の住所氏名	「被爆電車」申込 ①住所 ②電話番号(携帯電話) ③全員(2人までの氏名(よみがな) ④年齢(学年) ⑤参加履歴(回数)
----------	-----------------------------------------------------------------------------

#### ノルディック・ウォーク体験教室

参加費無料

月1回、第4金曜日に開催しています。7月、8月は熱中症対策のため、室内でポールを使った運動及びストレッチ体操をします。家庭でもできる体操と一緒に学びませんか。外を歩くのが苦手な方、ぜひご参加ください。

【日時】7月25日(金) 13:30~15:30

8月22日(金) 13:30~15:30

【内容】7/25 座ってできる体操&正しい水分補給の仕方

8/22 ポールを使ったららくらくストレッチ&筋トレ

【対象】高齢者・ウォーキングに興味のある方

【定員】20人(先着順)

【講師】全日本ノルディック・ウォーク連盟 指導部講師(WLM) 主席指導員・歩行運動指導士 堀本 哲夫さん

【持参物】飲み物、タオル、ポール(お持ちの方)

【その他】動きやすい服装でお越しください。

希望者には、ポールを無料で貸し出いたします。

【申込み】実施日の2日前までに、己斐公民館窓口または電話にて受付



#### 絵本のおはなし会

【日時】7月13日(日)・27日(日) 10:30~11:00

※8月はお休みです。

【内容】7月は『ながーいはなでなにをするの?』、『くるくるくるん』など

【対象】0歳児~

【場所】己斐公民館 2階和室(10:00 から開場)



#### ※特に記載のない場合、会場は己斐公民館です。

#### きよく 旭 寿大学

いずれも参加費無料です。

【日時】9月5日(金) 13:30~15:00

【内容】「身近に感じる漢方講座 あなたに合った漢方薬」  
【企業・団体等との連携講座】

【対象】おおむね65歳以上の方

【講師】漢方百花堂 竹内 温子さん

【定員】24人(先着順)

【申込み】己斐公民館窓口または電話にて受付

★★★★★

【日時】7月18日(金) 13:30~15:30

【内容】「koikoi サロン」

集まったみなさんと和やかに過ごす時間です。

【対象】おおむね65歳以上の方

【申込み】不要です。当日お越しください。



#### こいっこママの「ママちから Power Up ↑↑セミナー」親子編

いずれも参加費無料です。親子で楽しい時間を過ごしませんか? ぜひ、お友達を誘ってお気軽にご参加ください♪

#### ①親子で英語を楽しもう♪

~歌や絵本、手遊びなどで英語に触れよう~

【日時】8月7日(木) 10:00~11:30

【講師】英語講師 板谷 真由美さん

【対象】1歳半ぐらいから未就園児までと保護者

【定員】8組(先着順)

【持参物】飲み物(水分補給用)、お子さんに必要なもの

【申込み】8月3日(日)までに己斐公民館窓口または電話にて受付



#### ②親子でハワイアンリトミック♪

~ハワイの音楽に合わせて身体を動かそう~

【日時】9月4日(木) 10:00~11:30

【講師】ハワイアンリトミック講師 浦上 佳奈さん

【対象】生後6カ月ぐらいから3歳ぐらいまでの未就園児と保護者

【定員】8組(先着順)

【持参物】飲み物(水分補給用)、お子さんに必要なもの

【申込み】8月31日(日)までに己斐公民館窓口または電話にて受付

【その他】動きやすい服装でご参加ください。



#### 子育てサロン 夏のイベント

うたや絵本の読み聞かせ、パネルシアターなど一緒に楽しみましょう♪ ぜひ、お友達をさそって気軽にご参加ください!

【日時】7月17日(木) 10:30~11:30

【内容】うた、絵本の読み聞かせ、パネルシアターなど

【対象】乳幼児とその保護者

【申込み】不要

【場所】己斐公民館 2階大集会室(10:00 から和室を開放しております)

【協力】ハーモニーぶ〜け、己斐小学校図書ボランティア、人形劇サークル みどりっこ、己斐地区民生委員児童委員協議会

※子育てオープンスペース こいっこ☆こいこいは、7月と8月はお休みです。

