

己斐
公民館
だより
253号

こい

令和8年
9・10
月号



開館時間：8:30～22:00
受付時間：【月・水・土・日】8:30～17:15
【木・金】8:30～19:00

9・10月の休館日

【9月】火曜日（1日、8日、15日、22日、29日）、21日（月・祝）、23日（水・祝）、24日（木、振休）

【10月】火曜日（6日、13日、20日、27日）、12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。

しぶき上げ 汐さかのぼる 良夜かな

己斐初心者俳句グループ 堀向 博子 作

解説：良夜は、旧暦8月15日の中秋の名月の夜のこと。今年は9月25日。

この夜は大潮で、河口から汐が、しぶきを上げながら勢い良くさかのぼってくる様子を詠みました。
夜空には澄んだ満月が輝いています。

◆本の返却ポスト◆

・広島市立図書館で借りた本が返却できます。
回収日の前日までに返却をお願いします。

■回収日 9月5日（土）、19日（土）
10月3日（土）、17日（土）



※講座の申込みは、9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

己斐公民館まつり（第48回）

「みんなの和・たのしい話・ひろがる輪」

【日時】10月24日（土）9:45～15:30
10月25日（日）9:30～14:00

【場所】己斐公民館

【内容】・演芸発表 ・作品展示 ・バザー ・餅まき（手渡し） ・スリランカ喫茶
・児童館工作コーナー ・己斐ハロウィーンイベント ・お楽しみくじ引き
・美郷町特産品コーナーほか

※詳しくは別途発行の公民館まつりのプログラム（当日配布）をご覧ください。

【主催】己斐公民館まつり実行委員会

※駐車場はございません。公共交通機関でお越しください。

※駐輪場は己斐公民館駐輪場をご利用ください。

＜飲食バザー前売券＞販売期間 8月29日（土）～10月5日（月）
己斐公民館窓口にて取り扱います。（窓口受付時間内のみ）

【ご注意ください！】

※「お楽しみくじ引き券」は前売券のみに付きます。当日券には付きません。

※10月7日以降は前売券の交換はできません。

前売券販売期間中は交換可。



■こいっこママの「ママちから Power Up ↑↑セミナー」保護者編■

ママのための産後ピラティス

昨年好評だったピラティス！今年もやります！！

ピラティスは産後のケアに効果的なエクササイズです。自分の身体に向き合いながら、呼吸を使って骨盤や背骨を動かすことが身体を整えることにつながります。ゆっくり産後の身体と向き合ってみませんか？

【日時】9月28日（月）10:00～11:30

【内容】呼吸を意識しながら骨盤や背骨を動かし、
産後の身体を整える

【講師】ポールスターピラティスマット 野村 恵さん

【対象】乳幼児のお子様をお持ちの保護者

【定員】20人（先着順）

【持参物】飲み物、タオル、ヨガマット（お持ちの方）

※希望者には貸し出しします。

※裸足で行います。動きやすい服装でお越しください。

【申し込み】9月26日（土）までに己斐公民館窓口または電話にて受付

【その他】未就園児（首の座った赤ちゃんから可能）の託児を行います。（先着10名）
ご希望の方は申し込み時にお知らせください。

※いつものものお出かけグッズ（おむつ、飲み物など）は1つの袋にまとめて、
必ず名前を書いてください。



託児あり
要予約

※特に記載のない場合、会場は己斐公民館です。

えのぐであそぼう

こども
あーと
こうざ



五感をフルに使って楽しむ、
ダイナミックでワクワクするアート体験
己斐のシンボル盆栽、巨大松をみんなで描き上げます
親子で思いっきり楽しもう！

【日時】10月10日（土）10:00～12:00

【講師】広島修道大学 人文学部 教授 沼本 秀昭 さん

【対象】年少～年長の幼児と保護者

【定員】15組（先着順）

【持参物】動きやすく、汚れてもよい服装（親子とも）、着替え一式、
タオル、汚れた服を入れるビニール袋

【申し込み】己斐公民館へ電話か窓口で

己斐の歴史懇話会

己斐町中郷の12人家族の明治・大正・昭和。

100年にわたる歴史について、写真や日記をひとつひとつ紐解き、聞き取りを行い、50年もの長い歳月をかけてまとめたものを、20回以上シリーズでお話します。9月はその初回です。興味ある方はぜひお越しください。

【日時】9月19日（土）10:00～12:00

10月17日（土）10:00～12:00

【講師】己斐の歴史研究会 会員 佐伯 晴将 さん

【内容】己斐町中郷の12人家族の明治・大正・昭和

【対象】歴史に興味ある方

【定員】30人（先着順）

【教材費】350円（資料代として）

【主催】己斐の歴史研究会

【申し込み】己斐公民館窓口または電話にて受付

