

# 公民館だより

# 高陽

令和4年(2022年)10月号 No. 485

発行(公財)広島市文化財団 高陽公民館  
〒739-1751 広島市安佐北区深川五丁目13番12号  
TEL/FAX 082-842-1125  
Eメール [koyo-k@cf.city.hiroshima.jp](mailto:koyo-k@cf.city.hiroshima.jp)  
<http://www.cf.city.hiroshima.jp/koyo-k/>



ホームページで最新情報をcheck!



高陽公民館  
マスコットキャラクター  
"こよよん"

10月の休館日 4日(火)・10日(月・祝)・  
11日(火)・18日(火)・25(火)  
開館時間 8:30~22:00  
受付時間 8:30~17:15(木・金は21:00まで)

## 第44回高陽公民館まつり《お知らせ》 (11月13日(日)・1日開催)

工事やコロナでここ数年中止となっていました。4年ぶりの開催となります。詳細は11月号をご覧ください。

## 7ロック掘改修工事(公民館及び出張所の裏手)について(お知らせ)

工事期間 9月27日(火)~12月21日(水)  
工事中は、出張所側の駐車場がご利用できません。可能な限り、乗り合わせ若しくはお車でのご来館をお控えください。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

※事業に参加される際は、①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い・消毒の3つにご協力をお願いします。

いきいき活動ポイント対象事業です。65歳以上の方はポイント手帳をご持参ください。※受付開始は、10月1日(土)から

### 季節の寄せ植え講習会



花や緑に親しみましょう。  
日時: 10月26日(水) 10:00~11:30  
内容: 秋を彩る寄せ植え  
講師: 園芸研究家 石田 邦夫さん  
対象・定員: どなたでも 20人(先着)  
持参物: 軍手、持ち帰り用袋 ※汚れても良い服装で。  
参加費: 1,000円(材料代)※当日集めます。  
申込み: 10月13日(木)までに高陽公民館へ電話または窓口で



### ノルディック・ウォーク体験会



健康維持のために、ノルディック・ウォークははじめませんか。  
日時: 11月16日(水) 10:00~12:00  
内容: 2本のポールを使ったノルディック・ウォークについての講義と実習(雨天時以外は屋外を歩いて実習します)。  
講師: 全日本ノルディック・ウォーク連盟 指導部専門講師 畑岡 学さん  
対象・定員: どなたでも 30人(先着)  
持参物: タオル、飲み物、動きやすい服装、ポール(お持ちの方)  
※ポールは無料貸出しあり  
申込み: 11月11日(金)までに高陽公民館へ電話または窓口で

## 子育て支援事業

### おはなし会~絵本の読み聞かせ~



親子で一緒に絵本を楽しみましょう!

日時: 10月12日(水) 10:00~11:00  
(出入り自由)  
内容: 「くっく くっく」ほか  
おはなし: 「おはなしのローソク」の皆さん  
対象: 乳幼児と保護者



### 親子de創作ひろば



親子で一緒に創作活動などを楽しみましょう!

日時: 10月16日(日) 10:00~11:30  
内容: 季節の工作など  
指導: 広島文教大学ボランティア部の皆さん  
対象・定員: 未就学児とその保護者 16人(先着)  
申込み: 10月12日(水)までに高陽公民館へ電話または窓口で  
共催: 広島文教大学ボランティア部



### 楽しく備える!子育てママの防災講座

近年、予期せぬ自然災害が身近なところでもおきています。お住まいの地域でも防災に対する講座や教室が数多く開催されていると思いますが、子どもを連れての参加はなかなか敷居が高いな...と思いませんか?この講座は、お子さんと一緒にご参加いただけます。

この機会に、我が家の防災について考えてみませんか。

日時・内容

	日時	内容
①	9月28日(水)	災害について知ろう~自分 我が家のマイタイムライン <b>終了</b> いるところはどんなところ? タイムラインを作成してみよう。
②	10月5日(水)	10:00~ いざという時、どのように行動しますか? ~さまざまな災害に対する備えや連絡手段などについて考えてみよう~
③	10月19日(水)	11:30~ 我が家の防災備蓄や非常持出品袋を考えよう
④	11月2日(水)	やってみよう!防災(ポリ袋)クッキング、防災食の紹介



対象・定員: 子育て中の方 10人(先着) ※1回のみ参加も可  
講師: ひろしま女子防災会管理栄養士・防災士 三宅 由紀子さん 参加費: ④のみ500円  
持参物: ②~④筆記用具、④エプロン、ふきん、三角巾、手拭き用タオル、持ち帰り用のタッパー  
申込み: 各実施日の3日前までに高陽公民館へ電話または窓口で **※アレルギーのある方は、申込時にお知らせください。**  
その他: 託児はありませんが、お子さんと一緒に参加できます(お子さんに必要なものはご持参ください)。  
※見守りボランティアさんがサポートします。

※個人情報の取扱...受講申込時にお寄せいただいた個人情報は、事業運営目的以外には使用しません。

この公民館だよりは、中国新聞、読売新聞の各販売店のご厚意により配布していただいております。

## 子育て支援情報

### 狩留家保育園 (☎844-0138)

- ★サタデー広場 10月 8日(土) 10:00~11:00
  - ★園外散歩 10月21日(金) 10:00~11:00
- ※事前に電話でご予約ください。

### 狩小川保育園 (☎844-0215)

- ★リズムあそび 10月13日(木) 10:00~11:30
  - ★焼きいも会 10月28日(金) 10:00~11:30
  - ★「わかばママ・パパ応援教室」  
日 時：開園日 10:00~12:00  
対 象：初妊婦の方(パパと一緒に大歓迎です。)
- ※事前に電話でご予約ください。

### 深川保育園 (☎842-0244)

- ★サタデー広場 10月15日(土) 10:00~11:30
  - ★むかしのあそび 10月21日(金) 10:00~11:30
  - ★「わかばママ応援教室・わかばパパ応援教室」  
日 時：開園日 10:00~12:00  
対 象：初妊婦さん(妊娠6~8ヶ月)と配偶者の方
- ※事前に電話でご予約ください。

### 狩小川児童館 (☎844-1684)

- ★トランポリン 5日(水)下校後~
  - ★クライミングネット 6日(木)下校後~
  - ★吊り縄 7日(金)下校後~
  - ★ポケモン塗り絵 13日(木)、27日(木)下校後~  
8日(土)、15日(土)、22日(土)、29日(土)  
13:00~15:30
  - ★トランポビスク 20日(木)下校後~
- ※平日の行事には、あらかじめ申込みが必要です。

- かこがわっこ(未就園児のひろば)  
11日(火) 10:00~11:30

### 深川児童館 (☎842-9771)

- ★クリーン作戦 15日(土) 10:30~
  - ★バドミントン教室 17日(月) 15:30~
- ※行事に参加できるのは、児童館利用登録カードを提出した深川小学校児童のみです。
- ※詳細については各保育園・児童館に直接お問い合わせください。

## パソコン活用支援

申込  
不要

参加  
無料



- 日 時：10月12日(水)・26日(水)  
13:30~16:00(出入り自由)
- 内 容：パソコンの基本操作をサポートする学習会
- 持参物：お持ちの方はノートパソコン



## <ロビー展>

### 「高陽絵手紙グループの展示」



展示期間：10月8日(土)~10月31日(月)

俳句コーナー  
秋桜俳句会(十月)

大仏の手にゆうゆうと秋茜  
紫苑

廃屋を意のままにして葛の花  
石ころ

白木槿 窓にシヨパンの音おさな  
文人

窓の外さるすべりの花になごまされ  
草香

今日も会う巡視のごとく鬼やんま  
よし香



## 歴史講座

参加  
無料



広島を語るうえで、重要な役割を果たしてきた広島城、そして今の街の発展につながる城下町について学んでみませんか。

日 時：10月21日(金) 10:00~11:30

- 内 容：広島城とその城下町
- 講 師：広島城主任学芸員 山脇 一幸さん
- 対象・定員：どなたでも 30人(先着)
- 申込み：10月17日(月)までに  
高陽公民館へ電話または窓口で



## オレンジカフェこうよう

申込  
不要



地域の皆さんが、情報交換や交流を楽しむ場所として、原則毎月第4月曜日に開催しています。

日 時：10月24日(月) 13:00~15:30

- 内 容：ペタンク、季節の歌、ティータイム、相談など
- 対 象：どなたでも
- 参加費：100円(茶菓子代)
- その他：体を動かしますので、動きやすい服装と靴でお越しください。
- 共 催：ボランティアグループ「オレンジスマイルこうよう」
- 協 力：広島市高陽・亀崎・落合地域包括支援センター



## ふれあいサロンオアシス



ご高齢の皆さまの居場所づくりを目的として、原則毎月第4土曜日に開催しています。

日 時：10月22日(土) 10:00~11:30

- 講 師：大下 純三さん、山村 佳子さん
- 対象・定員：おおむね65歳以上の方 60人(先着)
- 参加費：100円(茶菓子代)
- 申込み：10月19日(水)までに  
高陽公民館へ電話または窓口で  
※申し込みは本人またはご家族のみとさせていただきます。
- 共 催：高陽公民館グループ「ふれあいサロンオアシス」



## グループ会員募集 【問合せ】高陽公民館

### ☆「同好会 めだかの学校」

腰が痛い、肩が痛いと感じたら・・・まずは少しずつ体を動かしてみませんか？そして、色々な話しをしてみませんか。少しは心がゆるんで楽になれるかも?!

- 活動内容：健康体操
- 活 動 日：毎週月曜日 9:00~12:00
- ※10月の活動日は、3日・17日・24日・31日です。

### ☆「ソシアル(社交)ダンス同好会スワン」

初心者の方の練習を目的に自由に和気あいあいで行っています。年齢は問いません。ご自分の都合の良い時間においでください。おひとりでも、ペアでもかまいません。

- 活 動 日：毎週木曜日 10:00~12:00
- ※10月の活動日は、6日・13日・20日・27日です。

## みんなのまちの わがまち案内板

### 高陽中学校同窓会からのお知らせ

令和4年11月12日(土)に予定していました同窓会総会懇親会は、新型コロナウイルス感染状況を踏まえ、本年度も中止することになりました。