公民館だより 高陽

令和8年（2026年）9月号　No. 532

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
ホームページ　http://www.cf.city.hiroshima.jp/koyo-k/
開館時間　8：30～22：00
受付時間　8：30～17：15（木・金は19：00まで）

ホームページで最新情報を check↑　インスタグラム随時更新中↑　こよよんソング↑

いきいきは、高齢者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、9月2日(水)から

高陽公民館マスコットキャラクター
"こよよん"

9月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

■・・・休館日

毎月最終水曜日開催(全５回)

いこうようサロン

認知症予防・介護予防をテーマに毎月開催。
日　時：9月30日（水）
　　10:00～11:30
対　象：おおむね65歳以上の方
定　員：30人（先着）
内　容：音楽療法レクリエーション
講　師：音楽療法士　藤村ひとみさん
参加費：無料
申込み：9月27日（日）までに高陽公民館へ
共　催：広島市高陽・亀崎・落合包括支援センター

みんなで学ぶ健康教室

健康についてわかりやすくお伝えします。
日　時：9月25日（金）
　　14:00～15:00
対　象：どなたでも　30人（先着）
内　容：フレイルを予防し元気に過ごそう！
講　師：(株)ヤクルト山陽
持参物：筆記用具
申込み：9月18日（金）までに高陽公民館へ
共　催：深川学区公衆衛生推進協議会

オンラインふれあいサロン リモトーク こうみんかん

Zoom を使って、リモートであの町、あの人と、気軽にオンライン交流。
日　時：9月19日(土) 10:00～12:00 頃
内　容：（順不同）
❶保護猫と人がふれあう猫カフェは猫の第二の人生を応援できる場所（広島市中区本通）
❷佐賀発「おじさんトレカ」で商店街のおじさんがこどもたちのヒーローに!?（佐賀県佐賀市）
❸うごく書店「ちえの環」開店奮闘記（岡山県井原市）
❹オンラインでレクを楽しむチャレンジ・ザ・ゲーム！（広島市レクリエーション協会）
申込み：参加形態にあわせてお申込みください。

参加形態	申込み方法
①自宅等で視聴	電子メールで。
②公民館で視聴	電話か来館で。先着10人

※①の電子メール申込みの場合、件名は「リモトークこうみんかん申込」、本文に名前、電話番号を記入。メール申込みから５日以内に返信がない場合は電話でお問合せください。

スマホからの申込みはこちら ➡

グループ活動体験会

公民館活動グループの体験会を開催します。

【健康マージャン】さくら健康マージャングループ

日　時：9月11日(金)　12:30～15:30
募集人数：４人
持参物：特になし
申込み：前日までに高陽公民館へ

【リンパ体操】リンパビクスふかわ

日　時：10月1日(木) 14:30～15:30
募集人数：５人
持参物：バスタオル、フェイスタオル、飲み物
申込み：前日までに高陽公民館へ

【ロビー展】

- 芸備線広島～三次開業111周年記念写真展(私の好きな芸備線3)　9月14日(月)～10月3日(土)
- 水墨画展(継続)　～9月12日(土)
- 公民館主催事業紹介展(継続)　～9月30日(水)
- 地域活動紹介展(3地区社協の取組状況(継続))　～9月30日(水)

毎月第２・４水曜日開催

パソコン活用支援

ボランティアの方がパソコン操作に関する相談に応じます。
初心者の方もお気軽にご参加ください。
日　時：9月9日(水)
　　13:30～16:00
　　(出入り自由)　※23日はお休み
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
※Windows10・office2019 以前のパソコンは、公民館のインターネットに繋ぐことができません。

【こよよんサロン】毎月第２木曜日開催

折り紙サロン

折り紙でいろいろなものをつくります。情報交換や交流をしながら、楽しみましょう。
日　時：9月10日(木)
　　10:00～12:00
対　象：どなたでも
内　容：いつもとちょっと違う折り鶴
参加費：無料
申込み：不要(当日受付)
持参物：折り紙10枚、
　　お持ちの方は折り紙の本

奇数月の第２金曜日開催

歌うたのしびと

みんなで一緒に楽しく歌える場として開催しています。
日　時：9月11日(金)
　　10:00～11:00
対　象：どなたでも
講　師：大下純三さん、神谷文女さん
協　力：高陽公民館活動グループ
　　「ふれあいサロンオアシス」
参加費：無料
申込み：不要※当日、受付票の記入あり

【こよよんサロン】毎月第３水曜日開催

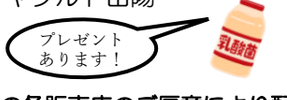
歴史おしゃべりサロン

興味のあるテーマを参加者がお話ししながら、歴史の出来事を深めていきます。
日　時：9月16日(水)
　　10:00～12:00
テーマ：「広島藩の油絞り事情と
　　狩留家の繁栄を支えた油搾り」
対　象：どなたでも　10人(先着)
参加費：無料
申込み：前日までに高陽公民館へ

【シルバーキャンパス】毎月第３水曜日開催

初めてのメルカリ体験

ご自宅で使わずに眠っているモノをゴミとして捨てる前に、「メルカリ」を活用してみませんか？
あなたの不用品は誰かが欲しいものかもしれません。出品までの具体的な操作方法を学びます。
日　時：9月16日(水)
　　13:30～15:00
対　象：おおむね65歳以上のスマートフォンをお持ちで基本操作ができる方
定　員：15人(先着)
内　容：メルカリの基本操作から出品の流れを解説
講　師：(株)ヤクルト山陽
　　リユースチーム専任講師
持参物：スマートフォン、出品したい不要品１点、筆記用具
事前準備：メルカリのアプリのインストールと会員登録を済ませてご参加ください。登録が難しい方は、当日13:00までにお越しください。
参加費：無料
申込み：9月12日(土)までに高陽公民館へ
共　催：(株) ヤクルト山陽



毎月第４土曜日開催

ふれあいサロンオアシス

みんなで歌えるシニア世代の憩いの場として開催しています。
日　時：9月26日(土)
　　10:00～11:30
対　象：おおむね65歳以上の方
講　師：大下純三さん、山村佳子さん
参加費：100円(茶菓子代)
申込み：不要※当日、受付票の記入あり
共　催：高陽公民館活動グループ
　　「ふれあいサロンオアシス」

毎月第４月曜日開催

オレンジカフェこうよう

認知症の方やそのご家族のほっとできる場所を目指し開催しています。認知症に関心のある方も一緒に参加して、情報交換や交流を楽しみましょう。
日　時：9月28日(月)
　　13:00～16:00
　　(出入り自由)
対　象：どなたでも
内　容：グラウンドゴルフ、輪投げ、ティータイム、歌、相談など
参加費：100円(茶菓子代)
申込み：不要※当日、受付票の記入あり
共　催：高陽公民館活動グループ
　　「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

毎月第１または第２水曜日開催

図書ボランティア

中央図書館から配本される本の入替えや図書室の整理を楽しくしています。
日　時：9月9日(水)
　　9:30～10:30
対　象：どなたでも(申込み不要)

この公民館だよりは、中国新聞、朝日新聞、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。
※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。