



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 ↑



Instagram
随時更新中 ↑



こよんソング ↑



高陽公民館マスコットキャラクター
"こよん"

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

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

グループ活動体験会

【リンパ体操】リンパピクスふかわ

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

・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)

【ロビー展】

オンラインふれあいサロン リモートワーク こうみんかん

Zoomを使って、リモートであの町、あのひとと、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)
①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)
②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)
③うごく書店「ちえの環」開店奮闘記(岡山県井原市)
④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「リモートワ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



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

プレゼント
あります!



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んでいます。
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。

定期便



ことうきくずレター

発行：高陽公民館 安佐北区深川5丁目13-12 Tel・Fax 842-1125
9月のおやすみ 1日(火)・8日(火)・15日(火)・21日(月)・22日(火)・23日(水)・24日(木)・29日(火)



高陽地区4館ネットワーク事業

親子アウトドア体験～地元野菜でピザづくりに挑戦～

日時

10/11日

9:30～13:00

※集合時間 9:20

対象

小学生を含む親子 20人程度(先着)

内容

石窯でピザづくり

会場

倉掛公民館裏庭、実習室(安佐北区倉掛一丁目12番1号)

講師

てづくりすと 内山一紀さん、小河原オクラ生産者 平井初枝さん、
深川芋生産者 宮脇博資さん

参加費

1組 1,000円(当日徴収)
(直径約25cmのピザ2枚、チーズ、ピザソース、地元野菜)

持参物

エプロン、三角巾、マスク、タオル、ふきん、飲み物、汚れても良い服装、
お好きなトッピング

申込み

10月4日(日)までに倉掛公民館(082-845-1710)へ
※10月4日以降のキャンセルは材料費をいただく場合があります。

主催

高陽・真亀・倉掛・口田公民館

協力

広島市青少年野外活動センター、JA広島市深川支店

広島文教大学ボランティア部 presents

親子de創作ひろば

日時

9/20日

10:30～11:30

対象

幼児～小学校低学年(未就学児は保護者同伴)

内容

紅葉をテーマに工作をしよう。

指導員

広島文教大学ボランティア部の皆さん

定員

16人(先着)

持参物

水分補給用の飲み物

申込み

9月16日(水)までに高陽公民館へ

共催

広島文教大学ボランティア部

参加費

無料

広島文教大学のお姉さん、お兄さんと工作を楽しもう。
作ったもので遊んだりするよ！



二次元コードからのお申込みはこちら

子育てセミナー

ベビーサイン体験会

日時

9/27日

10:00～11:30

対象

0歳～2歳くらいのこどもと保護者 8組(先着)

講師

日本ベビーサイン協会
リーダー認定講師 川口美保さん

持参物

いつものおでかけセット

申込み

9月18日(金)までに高陽公民館へ

参加費

無料

「ベビーサイン」とは、まだうまく話せない赤ちゃんとは簡単な手話やジェスチャーを使用して「おはなし」をする育児方法です。コミュニケーションをとりながら、親子の絆を深めましょう。



二次元コードからのお申込みはこちら



こども囲碁サロン

小中学生を対象に囲碁体験をしています。
やってみると囲碁のおもしろさにハマる人続出！

参加費

無料

申込

不要

日時

9/3日

9/17日

13:00～17:00

時間内

は出入り自由！

協力

高陽囲碁同好会のみなさん



ポカポカ

一緒に楽しい時間を過ごしましょう。
健康相談もできます。
今月は「水遊び」もできます。

参加費

無料

申込

不要

日時

9/14日

10:00～11:30

(出入り自由)

対象

未就園児とその保護者

持参物

水分補給用の飲み物(保護者用、子ども用)、
オムツ、母子健康手帳、水遊び用のパンツ、
水遊び後の着替え、バスタオルなど

共催

子育て応援ボランティアグループ「おひさま」、
安佐北保健センター

同時開催

【健康相談室】

保健師が、お子様の身体測定や
健康相談、育児相談を行います。
※受付時間：9:30～11:00
※持参物：母子健康手帳、バスタオル



行政相談&ちょこボラサロン

こまったこと何でも相談(おしゃべりOK!)
どなたでもお気軽にお越しください！
☆今回は、「皿回し」にチャレンジ！
集中力アップにつながるかも！?

参加費

無料

申込

不要

日時

9/17日

13:30～15:30

(出入り自由)

子育て支援情報

※行事の参加には事前に申込みまたは利用登録が必要です。

狩留家保育園

☎844-0138

★サタデー広場 5日(土) 10:00～11:00

狩小川保育園

☎844-0215

★リズムあそび 17日(木) 10:00～11:00

深川保育園

☎842-0244

★サタデー広場 19日(土) 10:00～11:00

狩小川児童館

☎844-1684

★自由に遊ぼう 3日(木) 下校時～

★平和のつどい 10日(木) 下校時～16:00頃

★おりがみ教室 14日(月) 15:00～16:00頃

★おはなし会 15日(火) 14:40～15:00頃

★卓球教室 17日(木)、24日(木) 15:00～16:00頃



～絵本の読み聞かせ～おはなし会

親子で一緒に絵本を楽しみましょう。
絵本の好きな大人の方もどうぞ！
対象 > 乳幼児と保護者、絵本の好きな方
内容 > 「おつきさまこんばんは」
(林 明子/作) ほか
おはなし・共催 > 絵本の読み聞かせグループ「おはなしのローソク」

参加費

無料

申込

不要

日時

9/9日

10:00～11:00

(出入り自由)

多世代交流オープンスペース

毎月最終金曜日

「めくめく」

子育て中の方も、
地域でひとり暮らしの方も
一緒に楽しい時間を過ごしましょう。
対象 > どなたでもお気軽にお越しください。
内容 > みんなで楽しく体を動かそう！
体力測定もあるよ。

参加費

無料

申込

不要

日時

9/25日

10:00～11:30

(出入り自由)

共催

深川地区社会福祉協議会

協力

高陽・亀崎・落合地域包括支援センター



こよんサロン体験会「ラダーゲッター体験会」

年齢問わず楽しめるスポーツです。
おもしろかった！という人は、
9月27日にあるオンライン大会に
挑戦できます。
対象 > どなたでも
12人(先着)
内容 > 体験会と
「リモートこうみんかん」
でデモンストレーション
講師 > NPO法人ひろしまレクリエーション協会
理事長 砂橋 昌義さん
持参物 > 水分補給用の飲み物、タオル
申込み > 9月16日(水)までに高陽公民館へ

参加費

無料

日時

9/19日

11:00～12:00

(出入り自由)



●かこがわっこ(未就園児のひろば)

8日(火) 10:00～11:30
水遊び(狩小川保育園で遊びます。※着替え持参)
問合せ：かこがわっこ代表 若本さん
(☎090-6412-6438)

深川児童館 ☎842-9771

★おはなし会 8日(火) 15:15～

★プレゼント工作 10日(木)、11日(金) 15:00～

★おりがみ教室 12日(土) 13:00～

★一輪車検定(うわぐつをもってきてね) 18日(金) 15:00～

★チャレンジ!モルック 24日(木) 15:00～