



令和8年(2026年)10月号 No. 533

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 ↑



こよよんソング ↑



高陽公民館マスコットキャラクター
"こよよん"

10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	31

■・・・休館日

【古着物活用講座】もんぺ教室

日時: 11月22日(日) 10:00~15:00
対象: どなたでも 定員: 10人(先着)
内容: ①「もんぺる」のエシカルな活動紹介
②着なくなった着物を使ってもんぺ作り
※事前に地域の方からいただいた着物から選んで
準備をしていただきます。
講師: もんぺる 入澤良枝さん
材料費: 無料 ※ミシン糸実費
持参物: ミシン、裁縫道具(裁ちばさみ、まち針、チャコペン)、お弁当
申込み: 10月31日(土)までに高陽公民館へ

【つなぐ・あそぶ・まもる】 わくわくBOSAIフェス

防災を“たのしく・わかりやすく・身近に
体験できる1日!” 楽しい体験がいっぱい。
家族みんなで参加しよう!

日時: 10月11日(日)
13:30~15:30

場所: 高陽公民館
2階 ホール

内容: 防災に関する講演会/謎解き防災クエ
スト/ゲームコーナー/手作り防災グ
ッズ/パラコードキーホルダー作り
わくわく BOSAI フォトスポット
ステージ・作品展示ほか

共催: チームキタコー

【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】(継続)

10月3日(土)まで

使われなくなった着物を簡単・丈夫なもんぺに
して、地球へ地域へ人へ思いやりのある暮らし、
はじめませんか。



【シルバーキャンパス】毎月第3水曜日開催 眠りと健康&セルフケア

眠りの質を上げて認知症予防に
つながるセルフケアも実習します。
日時: 10月21日(水)
13:30~15:00
対象: おおむね65歳以上の方
定員: 30人(先着)
内容: 深い眠りが認知症予防につながる
& 眠りの質をあげるセルフケア
講師: 上級睡眠健康指導士
永見ヤスヒロさん
申込み: 10月17日(土)までに高陽公民館へ

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。
この機会に、新しいことにチャレンジして
しませんか!

【民謡】民謡ゆたか会

日本各地に伝わる古い民謡、新民謡などを
三味線に合わせて稽古をしています。
皆で唄えば楽しいですよ。ご参加をお待ち
しています。

日時: 11月13日(金) 14:00~16:00

募集人数: 6人

申込み: 前日までに高陽公民館へ

【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: 10月8日(木)
10:00~12:00

対象: どなたでも
内容: 「福寿草のポット」
参加費: 無料
申込み: 不要(当日受付)
持参物: 折り紙10枚(黄色・緑色・
クリーム色など)
お持ちの方は折り紙の本

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: 10月14日(水)、28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
※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。

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: 11月13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。

【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: 10月21日(水)
10:00~12:00

テーマ: 「国宝不動院の
魅力と見どころ」

対象: どなたでも
定員: 10人(先着)
参加費: 無料
申込み: 前日までに高陽公民館へ

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: 10月24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」

毎月最終水曜日開催(全5回)

いこうようサロン

認知症予防・仲間と笑って脳活性!

みんなで介護予防
日時: 10月28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: 脳トレレクリエーション
講師: ひろしまレクリエーション協会
山野節子さん
参加費: 無料
申込み: 10月25日(日)までに
高陽公民館へ

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: 10月26日(月)
13:00~16:00
(出入り自由)

対象: どなたでも
内容: フラダンス鑑賞、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んでいます。

日時: 10月7日(水)
9:30~10:30

対象: どなたでも(申込み不要)



おしらせ

第72回高陽中学校同窓会総会・懇親会

日時: 令和8年11月14日(土)
18:00~

連絡先: 10月29日(木)までに
高陽中学校へ電話・FAXで

TEL 082-842-0022
FAX 082-842-9727