



マスコットキャラクター  
くらかけアザラン  
「クララちゃん」

# くらかけ



## 10月1日(金)から10月14日(水)までの新型コロナウイルス対策に係る公民館の対応

- ◇ 開館時間は、午後9時までとなります。(通常は、午後10時)
- ◇ 公民館主催 共催事業は、中止又は延期とします(屋外で行う事業を含みます。)
- ◇ 諸室は、午後9時まで利用できますが、感染防止対策を徹底した上でのご利用をお願いします。
- ◇ 図書室・ロビー等オープンスペースも、感染防止対策を徹底した上で、午後9時まで利用できます。(図書の新たな貸出しや予約もできます。)

※ 10月15日(金)以降については、今後の感染状況を踏まえて方針が決定されます。



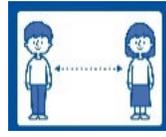
マスクをしよう



体調不良の際は、入館を控えてください



手指の消毒、または手洗いをしよう



人との距離を保とう(できるだけ1メートル)



換気をしよう(最低でも1時間に1回)

### — 主催事業のご案内 —

倉掛公民館では、消毒液の設置、参加者同士の距離の確保、検温や定期的な換気など、様々な感染症対策を講じて主催事業を実施しています。

### 参加者募集

#### 子育てほっとセミナー

深い呼吸でほっと一息。自分の時間を作って心も身体もリフレッシュです。お子さま同伴OKです。

- 対・定** 乳幼児から小学生の保護者 6名
- 日** ①10月25日(月) ②11月1日(月) ③11月8日(月) いずれも 13:30~14:30
- 内** ①リラックスヨガ~自分を大切に! 疲れた身体を癒そう~ ②頑張るヨガ~くびれを作りお腹をひっこめよう~ ③楽しむヨガ~体をケアしストレスやイライラを解消しよう~
- 講** フィットインジャパン(株) 久波 玲子 さん
- 申** 10月22日(金)までに(各回参加もOK)
- 持** 動きやすい服装、水、タオル、ヨガマットまたはバスタオル

#### チャレンジキッズ

~バドミントンに挑戦~

初心者の方、大歓迎です。一緒に楽しみましょう。

- 対・定** 小学生 5名
- 日** 10月23日(土) 15:00~18:00
- 申** 10月20日(水)までに
- 持** 運動のできる服装、上靴、飲み物、タオル
- 共** 高陽ジュニアバドミントンクラブ

~ハロウィンのメロンパン de コッタに挑戦~

メロンパン de コッタとは、「メロンパンのクッキー生地で作ったデコレーションをする」という意味だそうです。今回はこの時期にぴったりの絵柄でコッタデコレーションをしてみましょう。とってもかわいいですよ。

- 対・定** 小学生 12名
- 日** 10月30日(土) 10:00~12:00
- ¥** 500円(当日徴収します)
- 講** おうち教室 Rikko 武田 折恵 さん
- 申** 10月23日(土)までに
- 持** 飲み物、エプロン、三角巾、マスク、ふきん 2枚



写真はイメージです。実際は右側のデザインが変わる予定です

#### ことばき教室

講演 キヤッシュレス決済の基本

~00ポイント還元 メリットデメリットって、なに?~  
キャッシュレス決済の詳しい内容について学びましょう。

- 対・定** おおむね高齢者 30名
- 日** 10月21日(木)10:00~12:00
- 講** 広島県金融広報委員会 金融広報アドバイザー 倉橋 孝博 さん
- 申** 10月16日(土)までに
- 持** 筆記用具、飲み物

#### 小学校家庭教育講座

いのちを考える

~こころとかからだとか性とかひつくるめて~

日常では誰かと共有する機会がなかなかない「性」や「命」について自分なりに考える機会になってほしい... 命のプロである助産師さんをお招きして行った、亀崎小学校の教頭先生やPTA役員さんのディスカッションの様子を You Tube でご覧いただけます。

- 対** 小・中学生及びその保護者
- 期** 10月18日(月)~11月7日(日)
- 場** 自宅など
- 内** 1部「いのちの話」【小学生向け(45分程度)】 2部「性」や「命」についてキーワードをもとに... 【保護者向け(1時間程度)】
- 講** 佐々木産婦人科 助産師 清水 寿恵 さん
- 申** Eメール(kurakake-k@cf.city.hiroshima.jp)で ①氏名、②電話番号を10月31日(日)までに ※件名は「家庭教育講座」としてください。公民館から視聴サイトのURLを返信します
- 主** 亀崎小学校PTA
- 共** 倉掛公民館

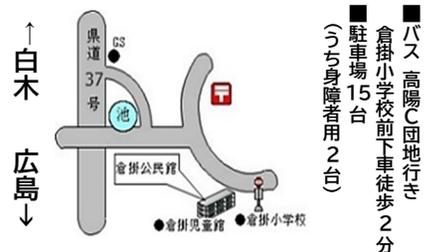
- 発行・編集 (公財) 広島市文化財団 倉掛公民館
- 住所 〒739-1743 広島市安佐北区倉掛一丁目12番1号
- 電話&FAX 082-845-1710
- Eメール kurakake-k@cf.city.hiroshima.jp
- ホームページ <http://www.cf.city.hiroshima.jp/kurakake-k/>
- 10月の休館日 5日(火)、12日(火)、19日(火)、26日(火)
- 開館時間 8:30~22:00 (10/14まで21:00)
- 受付時間 講座の申し込み、部屋の利用申請・空き状況確認、印刷機の利用等は受付時間内をお願いします。
- 10月の図書館返却ポストの巡回日 14日(木)、28日(木) 前日までにご持参ください。

### 記号の説明

- 対** 対象者 **定** 定員 **日** 日時 **場** 会場
- ¥** 参加費等 **内** 内容 **講** 講師 **持** 持参物
- 申** 申込方法 **期** 期間 **主** 主催 **共** 共催
- 協** 協力

▶各講座へのお申し込み・お問い合わせは、特に記載のあるものを除き、10月1日(金)8:30から電話または窓口で倉掛公民館までお願いします。▶場の記載がないものは、倉掛公民館が会場となります。▶¥の記載がないものは、無料で参加できます。▶定の記載があるものは全て先着順で受け付け、定員になり次第、申込締切日前でも締め切ります。

いきいき 高齢者いきいき活動ポイント対象事業対象の方は手帳をご持参ください。



くらかけ花の輪の皆さんがこまめに水やりをしてくださり、元気に咲いています

## 参加者募集

### 子育て広場 もんちっち」

就園前までのお子さまと保護者の交流の場です。スタッフが季節に合わせた行事や人形劇、読み聞かせ、歌などのプログラムを用意しています。お友達を作ったり、のんびり過ごしたり、子育てを一緒に楽しみましょう。(申込みは不要)

**対** 乳幼児とその保護者  
**日** 10月21日(木) 10:00~11:30  
**場** 倉掛児童館(公民館となり)  
**内** わっしょい わっしょい! お祭りだ  
**持** 飲み物  
**共** 倉掛地区社会福祉協議会



### きららサロン 第15回

地域住民の交流の場所づくり!

**対・定** どなたでも30名  
**日** 11月8日(月) 10:00~12:00  
**場** 諸木会館  
**内** ・人生を最後まで自分らしく生きるための心得  
・転倒予防スマイル満開体操  
・コロナ禍、二胡の演奏を聴いて元気に  
**申** 10月31日(日)までに  
**共** きららサロン実行委員会



### 子ども将棋ひろば

~将棋が初めてのお子さんもお気軽にどうぞ~

**対・定** 小・中学生6名  
**日** 10月23日(土)  
10:00~11:00  
**持** 飲み物  
**申** 開催日の前日までに



※感染症対策のため、事前申込みとします

### 健康ウォーキング

気軽に歩いてみませんか。白寿会と倉和会が「高齢者いきいき活動ポイント」を押印しますので、手帳をお持ちの方はご持参ください。雨天の場合は、中止します。

**日** 10月23日(土)  
[亀崎学区] 8:00 西山公園出発  
白寿会歩こう会  
木村 ☎ 082-842-0823  
**日** 10月23日(土)  
[倉掛学区] 8:15 倉掛公民館集合  
8:30 出発  
倉和会ウォーキング部  
末広 ☎ 082-842-1777

### ICT パソコン活用支援

ICT まちづくりボランティアのみなさん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。時間内の出入りは自由です。

**日** 10月15日(金)  
午前の部 9:30~12:00  
午後の部 13:30~16:30  
**申** 開催日の前日までに



※感染症対策のため、事前申込みとします  
ノートパソコンの持ち込み可能

## 展 示

### ふれあいロビー展

中国新聞写真クラブ広島 安佐北支部展  
私のベストショット

写真愛好家のみなさんのベストショットをお楽しみください。

**期** 10月15日(金)~10月30日(土)



可部連山トレイルラン in あさきたパネル展  
今年の大会は中止となりましたが、パネル展でご堪能ください。

**期** 10月15日(金)~10月18日(月)

## 会員募集

### 倉掛俳句会

今や俳句ブーム!! TV などではアイドルも加わり、注目の趣味・エンターテインメント。俳句は世界一短い文学だといわれており、日本語の持つ美しさや表現力によって成り立っています。年齢は問いません、何時からでも始められます。入会大歓迎! あなたの人生をより豊かに!

**日** 第1土曜日 13:00~16:00  
**料** 1,250円/月

## 地域の情報

### KAMEZAKIふれあい運動教室

どなたでもご参加できますので、お気軽にどうぞ! ご家族・お友達との参加、大歓迎です!(お住まいの地域不問)主催団体が「高齢者いきいき活動ポイント」を押印します。

**場** フジグラン高陽ふれあい広場  
**日** 10月15日(金) 14:00~15:00  
**内** たまご型のボールを使って、椅子に座ってお家でも簡単にできる運動をご紹介します。みんなで楽しく体を動かしましょう

## 倉掛公民館ウェブサイトが

新しくなりました

www.cf.city.hiroshima.jp/kurakake-k/

スマートフォンからでも見やすくなりました。是非ご覧ください。



スマートフォン版  
トップページ

## \*公民館 Diary\*

9月9日(木) 晴れ

今日も倉掛公民館の事務室前にはサルビアや千日紅が花ざかり。花ボランティアのみなさんが種から育て手塩にかけた花々です。花を見るといつも新たな発見があり、驚きがあります。

小学2年生のときに転校し、友だちもなく勉強もわかりませんでした。私は教室で、ただ時間が過ぎるのを待ちました。昼休みは校庭に出て遊ぶ決まりがあり、私は鉄棒の横で、ただただ時間が過ぎるのを待ちました。

ある日、校庭の隅の花壇の花に目が留まりました。その花は、花びらの中に黄色い星のような小花があって見飽きませんでした。

今なら8歳の自分に言ってあげたい。「大丈夫だよ。美しいものだけ心に残せばいい。」あの日の百日草の美しさは半世紀経った今も忘れることはありません。



山口 安子

## 倉掛句会(9月)

校庭に残る土石や竹の春

校庭に流れ込んだ土砂が、そのままであるのを見て、各地で起こる大雨を危惧している。

矢城小童

木道の真直ぐに伸びる大花野

湿原に延々と続く木道の散策路。初夏から初秋にかけて、一帯が花畑となり心が洗われる。

荒木正夫

盆提燈たたみて追憶なほ深し

子どもたちも帰り盆提燈を置むと、亡き夫のことが、どうしようもなく恋しくなったのだ。

向井恒子

雲一つありて更なる良夜かな

風流な作者は、一片の雲が名月にかかることで、月がいつそう美しく感じられるという。

池田萩邨

子の指のふと少女めき袖絞る

まだまだ子どもだと思っていたのに、袖を絞る仕草に、少女らしさを感じ驚いたのだ。

渡邊午水

秀句を拾う

「水なまぬるき」に、終戦の日の言葉では表しきれない、複雑な思いが込められている。

田村君男