

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 8月12日(土)[倉掛学区はおやすみ]
8月26日(土)
[亀崎学区] 8:00 西山公園出発
白寿会歩こう会 木村 ☎842-0823
[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 ☎842-1777



子ども将棋ひろば

～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 8月12日(土)・8月26日(土)
10:00～11:00
申 開催日の前日までに



ことばき教室・子育て広場「もんちっち」

8月はおやすみです。
次回のご案内は9月1日発行予定の公民館だよりでお知らせします。

展 示

ふれあいロビー展

可部連山トレイルランinあさきたパネル展
期 8月3日(木)～8月14日(月)
子どもたちの平和ポスター展
期 8月16日(水)～8月31日(木)

来てみて街の本棚・公民館図書室展示事業

夏休み！読書感想文にオススメの図書展
期 8月2日(水)～8月31日(木)



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。楽しく体を動かしましょう！

場 フジグラン高陽ふれあい広場
日・内 8月25日(金) 14:00～15:00
たまご型の運動用ボールを使って、お家でも簡単に座ってできる運動をします。
みんなで楽しく体を動かしましょう！
主 亀崎地区社会福祉協議会

倉掛地区社会福祉協議会 百さいかい



どなたでもご参加いただける社会福祉協議会が行う事業です。月に一度公民館に集まって体を動かしましょう。

日 毎月第3金曜日 9:00～10:00
8月は18日(金)です

内 主 いきいき百歳体操を楽しむ
倉掛地区社会福祉協議会



夏まつり・敬老会のお知らせ

亀崎学区夏まつり
日時 8月5日(土)18:00～(雨天順延 8月6日)
会場 西山公園
主催 亀崎自治連合会



亀崎学区敬老会
日時 9月17日(日)10:00～
会場 亀崎小学校 体育館
御招待者 75歳以上の皆様
主催 亀崎自治連合会

倉掛学区敬老会
日時 9月18日(月・祝)9:30～
会場 倉掛公民館 ホール
御招待者 75歳以上の皆様
主催 倉掛地区社会福祉協議会
倉掛学区自治会連絡協議会



広島市高齢者作品展 「達人たちの夢 2023」

絵画・写真・書や工芸・手芸など、公募作品約200点を展示します。「人生の達人」の皆さんの、心温まる力作をぜひご覧ください。
期 9月9日(土)～9月16日(土)
10:00～17:00
場 合人社ウェンディひと・まちプラザ
(まちづくり市民交流プラザ・中区袋町6番36号)
問合わせ
(公財)広島市文化財団
ひと・まちネットワーク部管理課 ☎541-5335

公民館ナビ



会員募集や体験会などをご紹介しますコーナーです。掲載をご希望されるグループは窓口まで申し出ください。

公民館ナビ



Vol.14「ソフトバレーミセス」
活動日時 毎週水曜日 13:30～16:30
会 費 5,000 円/年
ソフトバレーボールはバレーボールより柔らかいボールで行う、簡単で楽しい生涯スポーツです。50代～70代の会員が“笑って、楽しく、また笑って”をモットーに、公式ルールを少しアレンジして試合をしています。
準備運動をして、21点の3ゲームマッチ。今日は6人对5人の対戦でした。チーム分けは、その都度じゃんけんで人数を半分にします。プレー中は、「お願い」、「ありがとう」、「ナイス」、「ドンマイ」など掛け声や笑い声が絶えず飛び交っていました。白熱した長いラリーには、チーム関係なく、思わず歓声や拍手が。

「元気の秘訣です。どなたでもぜひ一緒に楽しみましょう。」と代表の内之宮さん。動きやすい服装で、体育館シューズ、飲み物、タオル、サポーター（あれば）を持ってお越しください。見学、お待ちしております。

川本 麻由佳



倉掛句会（7月）

百日紅咲きつなぐなかな母老いぬ

友香

愛おしく思えて仕方がないのだ。

雨の檻入れられるごと早苗月

隆雄

降り続く雨で外出できない毎日。檻に入れられているようで、鬱鬱としているのであろう。

峯雲や迷彩服の自衛官

午水

動きやすく暑さを少しでも軽減できる迷彩服。峯雲と迷彩服から戦争を連想する人もいるかも。

出雲路や神話の国も梅雨さなか

八重子

梅雨のさ中、のっぴきならない用事で出雲に行ったのだろう。神話の国にも梅雨があるとは。

亡き父の兄は戦死者百日紅

小童

兄が戦死したために、家を継ぐことになった父。夏が来るたびに父親が話していたのでは。

秀句を拾う

鉄の柄にすがり麦茶を一息に

萩邨

暑くなると早朝に畑に行き、短時間で仕事を終えて帰る。鉄の柄に縋って飲む麦茶は最高だ。