

さとう

—2026—
7月号



(公財)広島市文化財団 佐東公民館

令和8年(2026年)7月1日発行

【TEL・FAX】(082) 877-5200

〒731-0103 広島市安佐南区緑井六丁目 29 番 25 号

【メール】sato-k@cf.city.hiroshima.jp 【ホームページ】http://www.cf.city.hiroshima.jp/sato-k/



佐東公民館は、梅林・八木・川内・緑井学区の社会教育の拠点施設です！

※開館時間※8:30~22:00
※受付時間※8:30~17:15(木・金曜日は21:00まで)
※7月の休館日※7日(火)、14日(火)、20日(月・祝)、21日(火)、28日(火)

※交通アクセス※

J R:可部線七軒茶屋駅 下車徒歩3分

バス:七軒茶屋バス停/佐東出張所前バス停 下車徒歩2分

駐車場には限りがあります。公共交通機関でお越しください。

※参加費の記載のないものは無料です。

※講座の申し込みの際にお寄せいただいた個人情報、目的以外には使用いたしません。



このマークは「高齢者いきいき活動ポイント」対象事業です。
ポイント手帳をお持ちの方はご持参ください。



【ミニネットワーク事業】親子の絆づくりプログラム

赤ちゃんがきた！(全4回)

赤ちゃんに触れ合いながら、困りごとや赤ちゃんとの関わり方について、新米ママ同士おしゃべりしてみませんか？ 楽しく子育てするヒントがいっぱいのプログラムです。

日時 9月9日・16日・30日、10月7日 いずれも水曜日 10:00~12:00

場所 佐東公民館 和室 定員 先着8組

内容 乳幼児の子育てに必要な基礎知識についてのお話、親子の絆づくり、仲間づくり

講師 日本B.P.プログラムセンター 認定ファシリテーター 宮本 静子さん

対象 生後2か月~5か月の初めてのお子さんとお母さん

(9月9日の時点で2か月から5か月のお子さんを対象とします。)

参加費 1,100円 ※テキスト代として初回に集めます。

持参物 バスタオル1枚、お気に入りのおもちゃ

共催 子育て・サークル応援グループ MaMaぽっけ、安佐南区内公民館(古市・東野・安東・安・祇園・祇園西)、安佐南区社会福祉協議会

後援 (公財)ひろしまこども夢財団 協力 安佐南保健センター

申込 7月1日(水)9時から9月2日(水)17時までに、公民館へ電話か来館で



自家製 みそ作り教室

お家でじっくり熟成させて、おいしいお味噌を作しましょう。

日時 7月25日(土)10:00~11:00

場所 佐東公民館 実習室

講師 佐東青壮年会の皆さん

内容 みそ作り体験

対象 年少~小学生とその保護者 先着12組

持参物 エプロン、三角巾、マスク、

手拭きタオル

参加費 家族ごとに550円

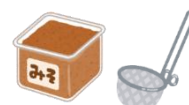
※7月18日(土)までに公民館窓口まで持参

申込 7月1日(水)9時から18日(土)

17時までに、公民館へ電話か来館で

※7月18日(土)以降のキャンセルに伴う参加費の

返金はできない場合があります。



夏休み昆虫教室 ~トンボと遊ぼう~

昆虫採集の方法を学んで、昆虫を採集してみよう！

日時 ①8月3日(月)9:00~11:00

古川でトンボ採集と観察 ※川には入りません。

②8月7日(金)9:00~11:00

古川でヤゴ採集と観察 ※川に入ります。

場所 佐東公民館 第1研修室、古川

対象 小学3~6年生 各回先着16人

持参物 筆記用具、飲み物、タオル、虫取り網(①のみ あれば)

服装 ①②→帽子、長袖、長ズボン、靴(サンダル不可)

以上に加えて②のみ→濡れてもよい運動靴か長靴、

履き替え用の靴、着替え

共催 古川トンボしらべ隊

申込 7月1日(水)9時から29日(水)17時までに、

公民館へ電話か来館で

※雨天の場合は9:00~10:30で公民館にて座学プログラムを実施

します。



はじめてのヨガ

ヨガで体とこころを整えましょう！！

日時 7月23日(木)17:30~18:30

場所 佐東公民館 和室

講師 ヨガインストラクター 久守 朱美さん

対象 どなたでも(女性のみ)

定員 先着10人(最低催行人数 8人)

持参物 飲み物、タオル、動きやすい服装、

ヨガマット(バスタオルでも可)

参加費 780円 ※当日集めます。

申込 7月1日(水)9時から19日(日)

17時までに、公民館へ電話か来館で



相手を想う傾聴コミュニケーション

言葉足らずや思い込みによる偏見で相手を傷付けたり、傷付けられたりしたことはありませんか？

正しく「聞き取り」、正確に「伝える」ことでお互いを尊重し合える

関係づくり、社会づくりについて、一緒に考えてみましょう。

日時 7月15日(水)14:00~16:00

場所 佐東公民館 第3研修室

講師 コーチングスタジオ ビーウィズ

代表 林田 さゆりさん

定員 先着20人 対象 どなたでも

申込 7月12日(日)17時までに、公民館へ電話か来館で



自分で作るお昼ごはん

【小学生対象】

「ひろしまそだち」の小松菜でお昼ごはんを作ろう！

日時 8月21日(金)10:00~12:00

場所 佐東公民館 実習室

講師 ひろしまそだち野菜アドバイザー 栄養士 山口ジンヤさん

持参物 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、ふきん、飲み物

対象 小学生 定員 先着24人

参加費 500円 ※8月13日(木)までに公民館窓口まで持参

申込 7月1日(水)9時から8月13日(木)17時までに、

公民館へ電話か来館で

※8月13日(木)以降のキャンセルに伴う参加費の返金はできない場合があります。

★メニュー★

①豚肉と小松菜のお皿ビビンバ

②小松菜と豆腐の韓国風スープ



子育てサロン‘Sugar’～子育てオープンスペース～

日 時	7月2日（木）10:00～12:00
場 所	佐東公民館 和室
内 容	乳幼児の遊びと体験の場
対 象	0歳～未就園児とその保護者
申 込	不要（時間内出入り自由）



今回は『八木幼稚園の先生による』園の紹介・ふれあい遊びがあります。

次回は9月3日（木）です。（8月はお休みです。）
※ おもちゃ・お菓子の持ち込みはご遠慮ください。

PCすぺーすさとう(パソコン相談室)



日 時	7月4日・18日、8月1日 いずれも土曜日13:00～15:00
場 所	佐東公民館 第2研修室
定 員	6人 対 象 どなたでも
協 力	せせらウェブ・サポーター
申 込	不要（時間内出入り自由）



※ ノートパソコンを持参してください。
※ サポートが切れたパソコン（Windows10 以前や office2019 など）でのネット接続はお断りします。
※ 6人を超える場合は少しお待ちいただきます。
※ ボランティアによる指導ですので、質問にお答えできない場合があります。ご了承ください。

安佐南区内公共施設防災ネットワーク事業「防災パネル展」

展示

線状降水帯による大雨などが引き起こす被害が毎年のように発生しています。
災害が起こる前に準備をしておくことが重要です。

期 間 7月1日（水）～19日（日）

佐東にほんご教室「七夕展」

佐東にほんご教室で日本語を学んでいる皆さんと一緒に短冊に願いを書いてみましょう。

期 間 7月2日（木）～6日（月）

陶芸サークル“彩” 作品展

陶芸サークル“彩”の皆さんの作品を展示します。

期 間 7月15日（水）～8月9日（日）

子どもたちの平和ポスター展

広島市内及び海外の姉妹・友好都市等の小・中学生が平和をテーマに描いた絵を展示します。

期 間 7月23日（木）～8月13日（木）

協 力 広島平和記念資料館

場所はすべて佐東公民館1階ロビー

【図書の入替え作業について】

毎月1回ボランティアさんによる図書の入れ替え作業を実施しています！

日 時 7月17日（金）午前（予定）

※ 作業中はロビーの一部が使用できない場合があります。あらかじめご了承ください。



広島市立図書館の図書を返却できます

＜図書館への返却日＞

7月3日（金）・17日（金）、8月7日（金）・21日（金）

上記の前日までに公民館内の緑のポストにご返却ください。

公民館活動グループ ～会員募集～

申込・問合せは全て佐東公民館

「佐東ヨガ体操」

毎日元気で過ごすために和気あいあい楽しく活動しています。一緒にストレッチ・ヨガ体操をしてみませんか？いつでも見学にお越しください。

定例活動日時 毎週金曜日13:00～15:00

場 所 佐東公民館 和室

内 容 ヨガ体操 対 象 成人女性

募集人数 先着2人

会 費 3,000円/月



「なかよしピンポン」

卓球をして健康な身体づくりを始めませんか？初心者の方大歓迎！見学、体験もできます。一度足を運んでみませんか。

定例活動日時 毎週月曜日9:30～12:30

場 所 佐東公民館 多目的ホール

内 容 卓球 対 象 どなたでも

募集人数 先着3人

会 費 3,000円/年



「佐東カラオケサークル」

ぜひ一度、練習日に見学へお越しください。

定例活動日時 月3回 月曜日13:00～16:00

※見学の際、練習日の年間カレンダーをお渡しします。

場 所 佐東公民館 第3研修室

内 容 カラオケ

対 象 男性・女性どなたでも

募集人数 5人程度

会 費 3,000円/月



《公民館からのお知らせ》

木・金曜日の夜間の受付時間が変更となります

令和8年8月から、窓口業務（公民館使用承認申請書受付（仮予約含む）、印刷サービス、主催事業申込受付、図書利用の新規受付など）の受付時間が次のとおり変更となります。

曜日	変更前	変更後
木・金曜日	8:30～21:00	8:30～19:00

※ 他の曜日の受付時間（8:30～17:15）は、これまで通りで変更はありません。ご利用の方は、できるだけ17:00までをお願いします。

※ 開館時間（8:30～22:00）の変更はありません。

《シリーズ》佐東の見どころ再発見【No.64】

せせらぎ植物日記

ティカカズラ

（キョウチクトウ科 ティカカズラ

第一古川上流、大木などが茂るあたり、梅雨の湿った空気の中にさわやかなジャスミンのような香りが漂ってきます。目をやると、大木の幹を覆うほどに葉を茂らせているつる性の植物が目に入ります。ティカカズラです。総状に咲いた1cmほどの筒の長い白い花です。筒の内面は黄色、花弁はねじれて楽器のようです。湿った空気の中に香りを吹き流して演じる自然のハーモニーです。

秋には無数の種子が詰まった15～25cmの莢をつけ、種子が熟すと莢は弾けて毛（冠毛）の付いた1cmほどの細長い種子が飛び出し、一生に一度の風任せの旅に出ます。

ティカカズラとは藤原定家が思いを寄せていた式子（しょくし）内親王への執心からの名前です。死後も葛となって内親王の墓に絡みついたという雲の上の恋物語です。

【解説】自然観察愛好家 安部 隆芳さん

地域情報

（1）広島市豪雨災害伝承館

①日 時 7月12日（日）10:30～11:30

内 容 国土交通省リレー講演会

『気象庁の防災気象情報が変わりました！』～「意味が分からんけえ逃げんかった」とならないように～

講 師 気象予報士 防災士

気象防災アドバイザー 玖保 陽子さん

定 員 先着50人、要予約

②日 時 7月26日（日）10:30～11:30

内 容 AED操作講習会・実習

講 師 広島市豪雨災害伝承館AEDトレーナー

定 員 先着30人（小学校高学年以上）、要予約

申込・問合せ（①～②共通）

予約は電話かEメールで広島市豪雨災害伝承館へ

【TEL】832-0091

【Eメール】info@bairin-cr.jp

※ 場所は広島市豪雨災害伝承館、参加費無料

休館日 毎週月曜日（月曜日が休日の場合は火曜日）

（2）八木・川内・緑井・上緑井幼稚園

幼稚園	日 程	内 容
八 木 TEL 873-4605 	7月1日(水) 7月15日(水) 9:30～11:00	こやぎランド
川 内 TEL 879-6751 	7月1日(水) 7月15日(水) 9:30～11:30	うさちゃんぐみ
	7月8日(水) 9:30～11:30	みんなのひろば
	7月24日(金) 16:00～16:30	タヤけひろば
緑 井 TEL 879-6590 	7月1日(水) 9:00～11:30 7月14日(火) 10:30～11:30	たんぽぽ広場
	7月2日(木) 9:00～11:30 7月7日(火) 10:30～11:30	うさぎぐみ ぞうぐみ
上緑井 TEL 879-6311 	7月7日(火) 9:30～11:00	ひよこランド 七夕会を楽しもう・誕生会 (まほうのポケット来園)

日程等が変更になる場合があります。
詳細は、各幼稚園のホームページ内「配布文書一覧」等をご覧ください。直接お問い合わせください。