

公民館だより
2025
6
月号

しらき

SHIRAKI

白木公民館イメージキャラクター「白木山」

発行／公益財団法人広島市文化財団 白木公民館
〒739-1414 広島市安佐北区白木町大字秋山 2391 番地 4

お問合せ・主催事業のお申込み

TEL/FAX(082)828-0753

休館日 毎週火曜日、祝日(火曜日にあたるときは、その直後の休日でない日)
12 月 29 日～1 月 3 日、8 月 6 日

開館時間 8:30～22:00

受付時間 8:30～17:15(木・金は 21:00 まで)
※主催事業の申込み・問合せ、公民館使用申請、印刷サービス等

6 月の休館日

6 月 3 日(火)・10 日(火)・17 日(火)・24 日(火)

E メール

shiraki-k@cf.city.hiroshima.jp

ホームページ

<http://www.cf.city.hiroshima.jp/shiraki-k/>

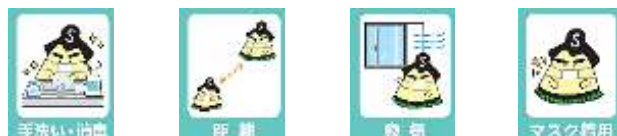
もしくはこちらの QR コードから➡
▼四季折々の町内の風景や行事などの紹介をしています♪ぜひご覧ください。



白木町のようす (R7.3 月末現在)

世帯:3,697 世帯(前月比 -26)
人口:6,856 人 (前月比 -54)
(内訳:男 3,259 人 女 3,597 人)

講座・行事等参加や公民館利用時の注意事項



要申込
成人対象
無料

健康教室
元気じゃけん☆しらき

いきいき

健康寿命を延ばすことを目的として、様々な切り口から健康について学びます。心身ともに健康で自立した生活を送ることができるよう、これからの生活についてもう一度考える機会としましょう。

6 月 13 日(金)10:00～11:30 下三田集会所

「オーラルフレイル予防」

内容:お口の健康に関する講義と実習

講師:広島県歯科衛生士会

歯科衛生士 日笠 由美 さん

【定員】16 名

【共催】白木地域包括支援センター、白木公民館

要申込
どなたでも
無料

暮らしのサロン
ちょっとお得な資産運用

いきいき

昨今の物価高の中、新 NISA をはじめとする資産運用の重要性が高まっています。そんな資産運用について知り、考えるきっかけとなるお話を聞いてみませんか。

【と き】6 月 20 日(金)10:00～11:30

【定員】20 名

【講師】広島銀行吉田支店／ひろぎん証券三次支店

【持参物】筆記用具、飲み物

【共催】暮らしのサロン、白木公民館

要申込
どなたでも
無料

行政相談室実行委員会
困りごと相談室

行政相談員、人権保護委員、行政書士が相談に応じます。お気軽にどうぞ。

【相談日】6 月 11 日(水)13:30～16:00

【申込】6 月 7 日(土)までに白木公民館へ

※申込受付時、事前準備のために相談内容を簡単に伺います。

各講座は締切日までに、白木公民館へ電話・FAXまたは窓口でお申し込みください。
なお、お寄せいただいた個人情報、事業運営のほかには使用いたしません。

◆会場の記載のないものは、**白木公民館**で開催します。

◆申込期限の記載のないものは、**開催日2日前まで**に白木公民館へお申し込みください。

要申込
成人対象
無料

地域のつどい
中高年のための健康運動
～みんなで楽しみながら健康維持を～

いきいき

「いつでも」「どこでも」「いくつになっても」できる、効果的で簡単な運動に取り組んで、体力の低下を予防・改善しましょう！

【と き】①6 月 26 日(木)14:00～15:30

②7 月 24 日(木)14:00～15:30

【内 容】①介護予防全身運動、筋肉の運動など
②介護予防全身運動、腕の痛みの予防など

【講師】中高年健康研究会主宰 青江 孝信 さん

【持参物】飲み物、軽い運動ができる服装

【申込】・白木地区老人クラブ連合会会員の方

→6 月 12 日(木)までに各地区責任者へ

・それ以外の方

→①②いずれも開催日一週間前までに白

木公民館へ《各定員 20 名》

【共催】白木地区老人クラブ連合会・白木公民館

【後援】白木地域包括支援センター

要申込
成人対象
無料

しらき大人の学び舎

いきいき

6 月から毎月第 4 金曜日を原則として開催する「学び舎」は全 10 回の連続講座で、健康づくり・知識や教養・地域に関連することなど、みんなで一緒に気軽に定期的に学習する場です。

お誘い合ってご参加ください。
※全講座参加が基本ですが、特定回のみ参加も可能です。
※昨年度参加された方も改めて申し込みが必要です。

【と き】6 月 27 日(金)10:00～11:30

【内 容】＜知識教養編＞広島城の歴史
～築城から被爆まで～

【定員】30 名

【講師】広島城学芸員 本田 美和子 さん

【持参物】筆記用具、飲み物など

この日は前期の活動案内もいたします♪
どんな講座が開催されるか、お楽しみに!!

「高齢者いきいき活動ポイント事業」対象の行事には、右のマークを表示しています。スタンプは、各主催者で押印しています。
ただし、ロビー展や公民館まつりなど、不特定多数が自由に出入りする形式の事業については対象外です。



毎月定例

▼パソコン相談ルーム

要申込・無料 パソコンに不慣れな方対象

ICT ボランティアがパソコン操作の相談に応じます。※講習会ではありません。

【と き】6 月 6・20 日(金) 13:30～15:30

【定員】各 3 名程度

【持参物】普段お使いのノートパソコンなど

※申し込み受付時、相談内容を簡単に伺います。

▼白木げんき将棋

要申込・無料 どなたでも

将棋がはじめての方も、久しぶりの方も！小学生から大人まで、みんなで将棋を楽しみましょう。飛び入り参加も OK！手軽に取り組みやすい 6×6 マスの「ムム将棋」も準備しています。

【と き】6 月 21 日(土) 9:30～12:00

【対 象】小学生以上 男女問わず

(小学校低学年は保護者同伴)

【定員】20 名

【内 容】初心者:ルールを覚えて対戦できるまでを。
級位者:他の級位者や上級者と対戦し、経験を積む。
(上級者は指導のサポートをお願いする場合があります。)

【指導】井原将棋将会 代表 中村 勉 さん

▼プログラミングに触れる

要申込・無料 青少年対象

ゲームやロボットを動かすプログラミングを楽しく学ぶことで、論理的に考える力を育みます。

【と き】6 月 15 日(日) 15:00～16:30

【対 象】小学生～高校生 8 名

(小学校低学年は保護者同伴)

【持参物】筆記用具、ノートパソコン

※お持ちでない場合は貸し出し用もあります(2 台まで)。

【共催】白木町青少年健全育成連絡協議会、
白木公民館