



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(火曜日にあたる時は、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2日(火)・9日(火)・16日(火)  
23日(火)・30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



白木町のようす (R8.3月末現在)

世帯:3,658 世帯(前月比 -8)  
人口:6,717人 (前月比 -33)  
(内訳:男3,199人 女3,518人)

《御礼》公民館だより「しらき」は、各自治会・町内会のご厚意により配布していただいております。町内会長・自治会長様の変更がございましたら、お手数ですが白木公民館までご連絡をお願いします。

《お知らせ》

木・金曜日の夜間の受付時間が変更となります

いつも白木公民館をご利用いただき、ありがとうございます。  
令和8年8月1日から、窓口業務(公民館使用承認申請書受付(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)の受付時間が下記のとおり変更となります。  
どうぞよろしくお願いいたします。

記		
曜日	変更前	変更後
毎週木・金	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時までにお願いたします。  
※開館時間(8:30~22:00)は変更ありません。  
(公財)広島市文化財団 白木公民館

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



「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25日(木)14:00~15:30  
②7月23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  
①6月11日(木) } までに各地区責任者へ  
②7月9日(木) }  
・それ以外の方  
⇒開催日一週間前までに白木公民館へ《各定員20名》
- 【主 催】 白木地区老人クラブ連合会
- 【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  
地域防犯防災講習会



「金融犯罪・特殊詐欺に気をつけて!」  
特殊詐欺やネットトラブルに遭わないための心得を学びます。

- 【と き】 6月26日(金)10:00~11:30
- 【内 容】 ①特殊詐欺について ②知らない怖いネットトラブル ③防サゲクイズ
- 【定 員】 30名
- 【講 師】 財務省中国財務局金融監督第三課 専門調査員 上田 祥代さん
- 【持参物】 飲み物、筆記用具
- 【共 催】 安佐北区役所地域起こし推進課

要申込  
成人対象

暮らしのサロン  
トースト・パーティー  
しませんか?



会話を楽しむお茶会を開催します。  
トーストした食パンにお好みのジャムをトッピングして、自由なテーマでおしゃべりしましょう。



- 【と き】 6月19日(金)10:00~11:30
- 【定 員】 5名(申込受付順)
- 【講 師】 出路 千恵さん
- 【参加費】 300円
- 【持参物】 バターナイフ(お持ちの方)
- 【申 込】 6月17日(水)までに白木公民館へ

要申込  
成人対象

男女共同参画推進事業  
簡単★薬膳料理



今年も、まもなく暑い夏がやってきます。  
体調を整え、夏を元気に過ごすための食養生について学びます。



- 【と き】 7月2日(木)10:00~13:00
- 【内 容】 じゃこの薬味たっぷりごはん、豚肉と卵のトマト炒め、豆乳ゼリー(ぶどうソース)ほか
- 【定 員】 16名(申込先着順)
- 【材料費】 800円/人
- 【講 師】 本草薬膳学院 調理講師 大久保玲奈さん  
中医薬膳師 管理栄養士 朝日綾子さん
- 【持参物】 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、ふきん、筆記用具
- 【申 込】 6月25日(木)までに白木公民館へ

●申込締切後のキャンセルは材料費をいただきます。

要申込  
成人対象  
無料

元気じゃけん☆しらき



- ①6月10日(水)10:00~11:30 下三田集会所  
「お墓ものしり講座」  
新しい葬儀の知識や裏話、そして現在のお墓事情などを語っていただきます。  
講師:株式会社玉屋代表取締役 児玉 賢司さん  
内容:現在のお墓事情などの講義
- ②6月30日(火)13:00~14:00 志屋集会所  
「オーラルフレイル予防」  
身体の健康は口からと言われます。健康寿命を延ばすためにしっかり学びましょう。  
講師:広島県歯科衛生士会 歯科衛生士 日笠 由美さん  
内容:お口の健康に関する講義と実習
- 【定 員】 ①30名、②16名
- 【持参物】 飲み物、筆記用具
- 【共 催】 白木地域包括支援センター

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

行政相談委員、人権擁護委員、  
行政書士が相談に応じます。  
お気軽にどうぞ。



- 【相談日】 6月10日(水)13:30~16:00
- 【申 込】 6月7日(日)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。  
※事前申込みが無い場合は開催中止となることがあります。

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は、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。

「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。

