

寿大学 漫談とマジックショー

え？どうしてそうなるの？なんでそうなるの!!
驚きと笑いが溢れる不思議な世界へようこそ!

- ❖日時 10月24日(木) 13:30~15:00
- ❖場所 2階 研修室
- ❖対象・定員 おおむね65歳以上の方30人(要申込・先着順)
- ❖講師 漫談&ステージマジシャン
勢万 一夫 さん
- ❖持参物 いきいき活動ポイント手帳(お持ちの方のみ)、飲み物
- ❖申込み 10月20日(日)までに馬木公民館へ
- ❖共催 馬木ひまわり連合会

秋ですね。10月は「秋風亭かと吉さんの
の古典落語」をお楽しみください。

出会いが宝。笑って免疫力アップ!! もみじカフェ馬木

最近、物忘れが多くなってきて心配な方やご近所さん
とのおしゃべりが減った方などを含め、認知症予防のため、
地域の皆さんが、情報交換や交流を楽しむ場所として、
毎月第3金曜日に開催しています。ぜひ遊びに来て
ください。当面の間はマスクの着用と検温をお願いします。

- ❖日時 10月18日(金) 10:00~11:30
- ❖場所 2階 研修室
- ❖内容 秋風亭かと吉さんの落語ほか
- ❖対象 どなたでも
- ❖参加費 100円(お茶代)
- ❖持参物 いきいき活動ポイント手帳
(お持ちの方のみ)
- ❖申込み 不要(直接お越しください)
- ❖協力 広島市福木・温品地域包括支援センター



9月「もみじカフェ馬木」より

高齢者の健康・生活講座

- ❖日時 10月25日(金) 14:00~15:00
- ❖場所 2階 研修室
- ❖内容 より良い睡眠をとるためのコツ
- ❖対象・定員 おおむね65歳以上の方 30人(要申込・先着順)
- ❖講師 (株)フランスベッド 豊田 恭平 さん
- ❖持参物 いきいき活動ポイント手帳(お持ちの方のみ)
- ❖申込み 実施日の前日までに馬木公民館へ

~介護なんでも相談会のご案内~

講座終了後ケアマネージャーによる個別相談会も開
催しています。ご本人は勿論、ご家族の相談も承ります。
お気軽にご相談ください。(事前予約不要、相談無料)
■時間:健康講座終了後 15:00~ ■場所:2階会議室

会員募集

福木シニアゴルフ会

年齢・男女・経験値など関係なし。自然の中で、
メンバーとゴルフを思いっきり楽しみましょう。

活動日:毎月第3火曜日(1月・7月は除く)
対象:60歳以上の男女どなたでも
申込先:代表 金子 明 TEL082-899-2439

令和6年度 食農体験事業

いもづくりたいけん

日時:11月2日(土) 10:00~12:00
※雨天決行、大雨の場合は試食のみ

集合場所:馬木八幡神社

定員:20名(抽選/結果はメールにて)

持参物:スコップ、軍手、タオル、飲み物、雨具(カッパ)

参加費:1人500円 ※未就学児は300円

申込方法:10月1日(火)~15日(火)市ホームページにて(QRコードあり)

問合せ先:東区役所地域こし推進課 TEL568-7704(8:30~17:15)



令和6年度福木学区秋季スポーツ教室・大会要項 福木学区体育協会

卓球教室

日時/10月1日・8日・15日・22日・29日(火)
19時~21時
会場/福木小学校体育館
対象/中学生以上の福木学区居住者(中学生は保護者送迎)
参加費/無料
持参物/体育館シューズ、タオル、飲み物、ラケット(貸出可)
申込/不要(随時お越しください)
問い合わせ先/部長 重光 TEL090-6836-7745

ソフトテニス教室

日時/10月27日(日) 9時~12時、雨天中止
会場/福木中学校テニスコート
対象/小学生以上の福木学区居住者
参加費/無料
持参物/運動のできる服装、靴、タオル、ラケット(貸出可)
飲料水は用意します。
申込/10月26日(土)まで
申込先/倉本TEL080-3888-6494、宮崎TEL090-9506-2231
問い合わせ先/部長 倉本 TEL080-3888-6494

※事故、傷害については、応急処置のみ対応します。(一日スポーツ保険に加入。保険対象範囲内での保障のみ)