

出会は宝。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をお願いします。

- ❖日時 3月13日(金)10:00~11:30
- ❖場所 2階 研修室

本年度のしめくりはビンゴゲームで！
わいわいがやがやと笑顔の花を咲かせましょう。
ビンゴ！と言う一番のりはどなた？

何をゲットされますか？
お楽しみにしてください。

- ❖対象 どなたでも
- ❖参加費 100円(お茶菓子代)
- ❖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)
- ❖主催 もみじカフェ馬木、馬木公民館
- ❖協力 広島市福木・温品地域包括支援センター



寿大学

歌って笑って 心も身体も リフレッシュ!



今年度、最後の寿大学。
みんなで一緒に歌って笑って
楽しい時間を過ごしましょう。



- ❖日時 3月19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 音楽療法士 ダマリス 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 3月15日(日)までに馬木公民館へ
- ❖共催 馬木ひまわり連合会



◆ 3月のロビー展 ◆ 第27回 おもしろその年まんが大賞 入賞作品巡回展

期間：3月1日(日)~3月26日(木)

パソコンが得意になる！ PC サロン

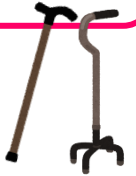


- ❖日時 3月22日(日)13:30~16:00
- ❖場所 2階 研修室
- ❖内容 パソコンを便利に使おう！(データ整理方法)
- ❖対象・定員 どなたでも 12人(要申込・先着順)
- ❖講師 パソコン支援ボランティアのみなさん
- ❖持参物 ノートパソコン、いきいき活動ポイント手帳(お持ちの方のみ)
- ❖申込み 開催日の前日までに馬木公民館へ



高齢者 健康・生活講座

- ❖日時 3月27日(金)14:00~15:00
- ❖場所 2階 研修室
- ❖内容 福祉用具の活用について
- ❖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)日本基準寝具 エコール
福祉用具専門相談員 沼 大輔 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 開催日の前日までに馬木公民館へ



講座終了後、ケアマネジャーによる個別介護相談会を開催しています。ご本人は勿論、ご家族の相談も承ります。事前予約不要、相談無料です。

■時間：講座終了後 15:00~ ■場所：2階会議室

公民館活動グループからのお知らせ

第12回

日本画「遊」作品展

とき 3月24日(火)~3月29日(日)
9:00~17:00

ところ 広島県立美術館 地下1階
県民ギャラリー 第1展示室
広島市中区上幟町 2-22

入場無料

道路工事のお知らせ

東区地域整備課
TEL:082-568-7748



公民館前の主要地方道広島中島線の道路改良工事が下記の通り行われています。工事期間中は安全のため歩行者の迂回や車両片側交互通行を実施します。公民館の出入りについてご不便をお掛けする場合がありますが、ご協力をお願いします。

施工時期 令和8年1月19日~令和8年3月下旬(予定)