

伝説“ささが池”のお話とモリアオガエルの卵塊探し

宇根山にある“ささが池”は、ささら姫の伝説があり、メダカやカエルなどが生息しています。山の途中には、市内を一望できる休憩所や壮大な滝もあります。卵塊を探しに“ささが池”に行ってみませんか？

- ☆日 時 6月7日(土) 9:30~14:30
- ☆雨天中止：午前7時の時点で降水確率50%以上の場合（気象庁・広島南部）
- ☆行 先 ささが池（宇根山の溜池）
- ☆集 合 9:15までに1階ロビー
- ☆内 容 ささが池の民話とモリアオガエルの卵塊の観察
- ☆講 師 馬木の自然を守る会のみなさん
- ☆定 員 15人（要申込・先着順）
- ☆参加費：無料
- ☆持参物：弁当、飲み物、帽子、軍手、タオル、長袖、長ズボンなど動きやすい服装で、いきいき活動ポイント手帳（お持ちの方のみ）
- ☆申込み：5月29日(木)までに馬木公民館へ



寿大学

この春からもガンバルーン体操&ビンゴゲーム

今年度も寿大学がスタート！
座ってゆっくり身体を動かす体操と、ビンゴゲームをします！
ぜひご参加ください。



- ☆日 時 5月22日(木) 13:30~15:00
- ☆場 所 2階 研修室
- ☆内 容 ガンバルーン体操&ビンゴゲーム
- ☆対象・定員 おおむね65歳以上の方25人程度（要申込・先着順）
- ☆講 師 NPO法人コーチャインストラクター 山崎 亜希良さん
- ☆持参物 いきいき活動ポイント手帳、飲み物
※動きやすい服装でお越しください。
- ☆申込み 5月18日(日)までに馬木公民館へ
- ☆共 催 馬木ひまわり連合会



令和7年度 東区役所食農体験事業

いもづくり体験



① さつまいもの植付&じゃがいもの収穫

- ☆日時：令和7年6月7日(土)
10:00~12:00（予定）
※雨天時6月8日(日)に順延

② さつまいもの収穫

- ☆日時：令和7年10月4日(土)
10:00~12:00（予定）
※雨天順延なし



- ☆集合場所：馬木八幡神社（東区馬木五丁目）
- ☆募集：抽選40名
※2回とも参加できる方。小学生以下保護者同伴
- ☆参加費：各回1人500円（保険料等含む）
※未就学児は300円
- ☆持ち物：長靴、帽子、軍手、スコップ、飲み物、雨具（カッパ）、タオル、現金（参加費・収穫した“いも”の購入費用）
- ☆申込方法：5月1日(木)~16日(金)
市ホームページにて（QRコード参照）
- ☆問合せ先：東区役所地域起こし推進課
電話：568-7704

再 掲

健脚コース 馬木の自然観察会

二ヶ城山登山（標高483.2m）

山頂までの道中に眺望がよい箇所があります。時間帯や季節ごとに景色が変わるため、毎日の散策コースとしておすすめです。



- ☆日 時 5月10日(土) 9:30~14:30
※当日午前7時の時点で降水確率50%以上の場合には中止（気象庁：広島南部）
- ☆集合場所 9:15までに1階ロビーに集合
- ☆講 師 馬木の自然を守る会のみなさん
- ☆対象・定員 山登りに興味のある方10人程度（要申込・先着順）
- ☆参加費 無料
- ☆持参物 弁当、飲み物、帽子、軍手、タオル等、いきいき活動ポイント手帳（お持ちの方のみ）
※長袖、長ズボンなど動きやすい服装で
- ☆申込み 5月8日(木)までに馬木公民館へ



出会は宝。笑って免疫力アッ!

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。なお、マスクの着用と検温をお願いします。

- ☆日 時 5月16日(金) 10:00~11:30
- ☆場 所 2階 研修室
- ☆内 容 さわやかなハーモニカの音色を楽しみましょう
- ☆対 象 どなたでも
- ☆参加費 100円（お茶菓子代）
- ☆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