

趣味・教養講座

ゆっくり楽しむハーブ教室



夏バテ対策や日焼け後のシミ対策ケアがテーマ。ハーブ・アロマの持つ力や活用法についてお話を聞きながら作って体験する、楽しい学びの時間です。

★日時 8月27日(木) 13:30～15:30

★場所 3階 実習室

★内容 ・夏バテ対策(モヒートドリンク(ノンアルコール)、ひんやりレモンチーズケーキ)
・日焼け後のシミ対策ケア
(冷却ジェルまたはクレイパックを予定)



★対象・定員 どなたでも 16人(要申込・先着順)

★講師 ベルギーライセンスメディカルハーブトップティーチャー、アロマイストラクター 重吉 里佳 さん

★参加費 2,500円(受講料1,000円及び材料費として)

★持参物 ふさん(手拭き・食器拭き)、筆記用具、いきいき活動ポイント手帳(お持ちの方のみ)

★申込み 8月19日(水)までに馬木公民館へ

※申込期限を過ぎてキャンセルの場合は、参加費をいただきます。

※食物アレルギー対応はしていません。

出会いは宝。笑って免疫力アップ!!

もみじカフェ馬木



8月は、お休みです。



福木学区体育協会主催 行事予定

福木学区秋季グラウンド・ゴルフ大会

★日時 9月6日(日) 予備日9月13日(日)
受付8:30、開会式8:45、表彰式11:45(予定)
※雨天中止の場合は、各代議員に主催者から7時までに連絡します。

★会場 福木中学校グラウンド

★参加資格 福木学区内居住の方(学生は参加できません)

★道具 道具のない方には主催者が用意します。

★ルール 個人ゲームのみ

1コース12ホールを2ラウンド

★表彰 男女別で1位～15位、ホールインワン賞

★参加費 無料

★申込み 8月26日(水)までに福田公民館または馬木公民館の体協のボックスに参加申込用紙を提出(申込用紙は公民館にあります)

★その他 大会中の事故などについて、主催者は一切の責任を負いません。(スポーツ保険に加入しますが、応急処置のみ対応)

★問合せ 隅田 福男(グラウンド・ゴルフ部長)
電話 899-4090・
090-7978-9751



パソコンが得意になる!

PC サロン



★日時 8月23日(日) 13:30～16:00

★場所 2階 研修室

★内容 ワードを使ってイベントチラシを作ってみよう

★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 実施日の前日までに馬木公民館へ

高齢者 健康・生活講座

★日時 8月28日(金) 14:00～15:00

★場所 2階 研修室

★内容 高齢者の救急・緊急時の対応について

★対象・定員 おおむね65歳以上の方 30人

★講師 虹の里 本部特別養護老人ホーム

看護師 得野 正子 さん

★参加費 無料

★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



講座終了後、ケアマネー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

福木学区秋季パタンク大会

★日時 9月20日(日) 予備日9月21日(祝)
受付8:00、開会式8:30、閉会式15:00(予定)
※天候が危ぶまれる場合は午前7時に決定し代表者に連絡します。

★会場 福木中学校グラウンド

★参加資格 福木学区に居住する方が1名以上

いるチーム(小学3年生以上)

★表彰 初参加の方には記念品を進呈します。
家族で参加の方にはファミリー賞を進呈します。

★参加費 無料

★申込み 9月4日(金)12時までに福田公民館または馬木公民館の体協のボックスに参加申込用紙を提出(町内会以外のチームの方は各公民館に申込用紙があります)

3人1組ですが、1人での参加も歓迎します。
お弁当は各自で準備してください。

★その他 競技中の怪我のみに本部の判断により、スポーツ保険を適用します。

★問合せ 伊坂 忠典(パタンク部長)

電話：090-6837-4679



広島市高齢者作品展「達人たちの夢2026」

絵画・写真・書や工芸・手芸など、公募作品約200点を展示します。「人生の達人」の皆さんの、心温まる力作をぜひご覧ください。

★期間 9月5日(土)～9月12日(土)

10:00～17:00

★会場 合人社ウェンディひと・まちプラザ

(まちづくり市民交流プラザ・中区袋町6番36号)

★問合せ (公財)広島市文化財団

ひと・まちネットワーク部管理課

電話 082-541-5335

