

高齢者の健康・生活講座

- ❖日時 9月22日(金)14:00~15:00
- ❖場所 2階 研修室
- ❖内容 認知症の方への対応
- ❖対象・定員 おおむね65歳以上の方 30人(要申込・先着順)
- ❖講師 虹の里第2居宅介護支援事業所 所長 竹井 克彦さん
- ❖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

出会は宝。笑って免疫力アップ!!

もみじカフェ馬木

共催：馬木公民館

最近、物忘れが多くなってきて心配な方やご近所さん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。

- ❖日時 9月15日(金)10:00~11:30
- ❖場所 2階 研修室
- ❖内容 ゲームや歌、簡単な体操、おしゃべり、情報交換など
- ❖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)
- ❖協力 広島市福木・温品地域包括支援センター

※当日、先着順に受付票に記名していただき、20名までで区切らせていただきます。なお、当面の間はマスクの着用と検温をお願いします。



8月18日の活動の様子

第23回 福木ふれあいひろば

【日時】9月30日(土)11:00~14:50 雨天縮小決行

【場所】福木中学校、福木小学校、福木幼稚園

地域のふれあいの場として開催される「福木ふれあいひろば」。軽食やステージ発表、ゲームや工作などさまざまな催しにみんなで参加して楽しみましょう。

馬木公民館からは
これらの内容で
参加します

馬木・福田公民館で軽食等の前売り券販売中!

8月28日(月)~9月8日(金)

9:00~17:00まで(火曜日は休館)

馬木オープンスペース ♡乳幼児の親子対象

ママほっと



オープンスペースは、子育て真っ最中のお母さんの応援の場です。親子で遊んだり、同じ子を持つ親同士が情報交換したりしてみんなの力を借りて子育てを楽しみましょう!ぜひ遊びに来てください♡

- ❖日時 9月20日(水)9:30~11:30
- ❖場所 3階 和室
- ❖内容 「パクパクうさぎ」を作ります♪
子育て応援隊によるコーナ遊び、絵本の読み聞かせ など
- ❖申込み 不要(直接お越しください)
- ❖共催 馬木子育て応援隊

~福木学区体育協会~

令和5年度福木学区秋季スポーツ教室・大会案内

【公益財団法人広島市スポーツ協会助成事業】

◆卓球教室

- 日時 10月3日・10日・17日・24日・31日(火)
19時~21時
- 場所 福木小学校体育館
- 対象 福木学区居住者で中学生以上
(中学生は保護者が送迎してください)
- 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)
- 問合せ先 重光 ☎090-6836-7745

◆ソフトテニス教室

- 日時 10月15日(日)9時~12時(雨天予備日)10月22日(日)
- 場所 福木中学校テニスコート
- 対象 福木学区居住者(小学生以上、中学生も歓迎)
- 申込先 波間☎090-4899-5596、倉本☎080-3888-6494
- 申込締切 10月8日(日)
- その他 ラケット貸出可
- 問合せ先 波間☎090-4899-5596

○参加無料

○教室・大会の事故、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になります。)

○高齢者いきいき活動ポイント対象者は、ポイント手帳を持参してください。

馬木公民館活動グループの芸能出演

- ◇出演団体 馬木扇子踊り保存会
- ◇場所 福木中学校 体育館

スピードガンで投球測定!

- ◇対象 小学生から中学生まで
- ◇定員 先着200名には記録証あり
- ◇参加費 無料
- ◇申込み 不要(当日直接会場福木小学校体育館へお越しください)