

脳が喜ぶ 昭和歌謡曲 レコードコンサート



懐かしの昭和歌謡をレコードで聴きながら、あの頃の自分に戻った気持ちで、ひと時を過ごしませんか。

昔を思い出す事は、認知症予防にも効果があります。

- ☆日時 9月25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 50人(要申込・先着順)
- ☆講師 音楽健康指導士準2級
野村 伸治 さん
- ☆持参物 飲み物、いきいき活動ポイント手帳
(お持ちの方のみ)
- ☆申込み 9月22日(月)までに馬木公民館へ
- ☆共催 馬木ひまわり連合会

公民館被爆80周年事業

秋の平和記念公園を歩こう

ヒロシマピースボランティアさんのガイドで、被爆前のまちの様子をたどりながら歩いてみませんか。

旧中島地区被爆遺構展示館も見学予定です。

- ☆日時 10月10日(金) 13:30~15:00 ※少雨決行
- ☆集合場所 13:20までに平和記念公園噴水(祈りの泉)北側
中止の場合は、当日11:00までに電話で連絡します。
- ☆内容 平和記念公園内・周辺の碑めぐり(資料館には入りません)
- ☆対象・定員 どなたでも 10人(要申込・先着順)
- ☆持参物 飲み物、帽子、タオル、雨具等、
いきいき活動ポイント手帳(お持ちの方のみ)
※運動靴など歩きやすい服装で
- ☆申込み 10月6日(月)までに馬木公民館へ



パソコンが得意になる!

PC サロン



- ☆日時 9月28日(日) 13:30~16:00
- ☆場所 2階 研修室
- ☆内容 スマホの初歩操作(便利な機能)
- ☆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、スマホ、
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 9月26日(金) 14:00~15:00
- ☆場所 2階 研修室
- ☆内容 転倒予防について
- ☆対象・定員 おおむね65歳以上の方 30人
- ☆講師 (株)ライフケア 福祉用具専門相談員
増本 和輝 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

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 9月19日(金) 10:00~11:30
- ☆場所 2階 研修室
- ☆内容 オカリナの温かな音色で
歌い、楽しみましょう
- ☆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



福木学区体育協会

令和7年度 福木学区秋季スポーツ大会案内

男子ソフトボール大会

- ☆日時 10月5日(日) 開会式 8:30、試合開始 8:45
予備日 10月26日(日)
- ☆会場 福木中学校グラウンド
- ☆対象 福木学区住民
- ☆チーム編成 町内会単位(混成可)、中学生は
投手以外で2人まで参加可
- ☆申込締切 9月27日(土)
- ☆監督者会議 9月28日(日) 18:00 福田公民館
- ☆申込・問合せ 部長 松場 電話：080-6311-7279
- ☆その他
 - 参加料：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となります。)
 - 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。

