

八幡公民館と学習グループの共催事業 **グループ体験会**（入会の問い合わせは八幡公民館まで）

こときかい
琴己会（大正琴）体験会

大正琴で、おなじみのヒットソングを弾きます。
一緒に楽しく演奏しましょう。初めての方も大歓迎です。

5 月 26 日（月） 13:00～14:00

会場 八幡公民館 2 階 研修室 2
対象 どなたでも
定員 5 人（要申込み、申込み順）
参加費 なし
その他 見学はいつでも大歓迎です。興味のある方はお気軽に
ご連絡下さい。



～会員募集～

活動日時 **第 1・2・4 金曜日 10:00～11:30**

【高齢者いきいき活動ポイント対象事業】

鶴亀大学

ストレッチで体をほぐして気分爽快

～おしり歩きで腰まわりをきたえよう！～

ストレッチとは筋肉や関節を伸ばす運動で、柔軟性を高める効果があります。腰まわりをほぐし、動かしやすい体をつくり、怪我や転倒を予防しましょう。

5 月 21 日（水） 13:30～14:30

会場 八幡公民館 2 階 研修室 1
対象 おおむね 65 歳以上の方
講師 綿井 英史子さん（健康運動実践指導者）
定員 24 人（要申込み、申込み順）
持参物 筆記用具、飲み物
共催 広島市城山・五日市観音地域包括支援センター
申込み 5 月 1 日（木）から電話または直接八幡公民館へ



地 域 情 報

広島市城山・五日市観音
地域包括支援センターからお知らせ

【高齢者いきいき活動ポイント対象事業】

いきいき健康づくり教室

認知症サポーター養成講座

～認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指して～

6 月 4 日（水） 13:30～15:00

会場 八幡公民館 2 階 研修室 1
対象 どなたでも
（年齢制限はありません。お若い方大歓迎です。）
内容 認知症の症状やその対応、接し方についてわかりやすくお伝えします。
講師 近藤 憲さん（認知症アドバイザー）
定員 30 人（要申込み、申込み順）
持参物 筆記用具、飲み物
主催 広島市城山・五日市観音地域包括支援センター
申込み 5 月 1 日（木）から城山・五日市観音
地域包括支援センター（924-7755）へ
締切り 6 月 3 日（火）



ハナミズキ（太極拳）体験会

誰でもできる全身運動です。ゆっくりな動きで足腰を元気に。
今がはじめるチャンスです。

5 月 28 日（水） 13:00～15:00

会場 八幡公民館 2 階 大集会室
対象 どなたでも
定員 3 人（要申込み、申込み順） 参加費 なし
持参物 室内シューズ、動きやすい服装で



～会員募集～

活動日時 **第 1～4 水曜日 13:00～15:00**

乳幼児健康相談室

身体計測、お子さんや保護者に関する相談を行っています。
お子さまの成長や発達、お子さまとのかかわり方など子育て全般について、心配なこと、不安なことがあれば、お気軽にご相談下さい。ご予約なくご利用いただけます。

5 月 15 日（木） 9:30～11:00

会場 八幡公民館 1 階 和室
持参物 母子健康手帳、バスタオル
問合せ 広島市佐伯保健センター TEL943-9733



八幡学区体育協会からお知らせ

第 41 回 佐伯区民スポーツ大会

5 月 18 日（日）8:30～開会式、
10:00～競技開始（競技によって変動）
（☆の種目は雨天順延（5 月 25 日（日）9:00～））

競技種目	会場
開会式	佐伯区スポーツセンター 大体育館
ソフトボール☆	佐伯運動公園 多目的広場
バレーボール	佐伯区スポーツセンター 大体育館
卓球	佐伯区スポーツセンター 小体育館
ソフトテニス☆	佐伯運動公園 テニスコート
バドミントン	湯来体育館 中体育館
グラウンド・ゴルフ☆	五日市南小学校 グラウンド
ソフトバレーボール	城山中学校 体育館
ベタンク☆	五日市小学校 グラウンド

おやこひろば かぜのこ

時間内は出入り自由。おもちゃで遊んだり、
おしゃべりしたり、自由にお過ごしください。

**5 月 2 日（金）、16 日（金）、30 日（金）
10:00～11:30**

会場 薬師が丘第一集会所（佐伯区薬師が丘 2 丁目 2-13）
対象 未就園児とその保護者
共催 八幡地区民生委員・児童委員協議会、
薬師が丘連合町内会、佐伯区地域子育て支援センター
その他 インスタグラムやってます。「yakushioyako」で検索！

原則
毎月第 1・
第 3・第 5
金曜日

学校施設開放調整会議

5 月 26 日（月） 19:30～

会場 八幡公民館
2 階 研修室 1、会議室

