


やすひがし公民館だより

5・6月号

2026年(令和8年)5月1日発行

発行:(公財)広島市文化財団安東公民館
電話&Fax:(082)878-7683

〒731-0153 安佐南区安東二丁目16番42号
Email:yasuhigashi-k@cf.city.hiroshima.jp

開館時間:8時30分~22時 受付時間:8時30分~17時(木・金曜日は20時45分まで)
休館日:火曜日と祝日5月…(4日、5日、6日、7日、12日、19日、26日)・6月…(2日、9日、16日、23日、30日)
*公民館利用時は、人との距離をあげ、手洗いや手指消毒にご協力をお願いします。
*講座へのお申し込みの際にお伺いした個人情報(講座に関連した諸連絡以外)には使用しません。
*特に記載がない限り、5月1日(金)8時30分から電話か窓口で申込受付を開始します。
*  は「高齢者いきいき活動ポイント対象事業」です。ポイント手帳をお持ちの方はご持参下さい。
*参加費の記載のない講座は無料です。 *場所の記載のない講座は安東公民館で開催します。
*図書館の返却本の回収日(なるべく前日までに回収箱にご返却ください。)
5月8日(金)・22日(金)、6月5日(金)・19日(金)

第33回安東・毘沙門台 グリーンフェスティバル

6月14日(日) 10:00~15:00 会場:安東公民館

●オープニングセレモニー 10:00~(ホール)

安佐中学校吹奏楽部の演奏

●舞台発表 10:50~12:15(ホール)

日ごろの練習の成果をお楽しみ下さい。
キッズジャズダンス・日本舞踊・ダンス
フラダンス・エイサー

●展示 10:00~15:00(公民館内)

作品展示:写真・鉄道模型・俳句
安東保育園園児の作品
安東小学校児童の作品
毘沙門台小学校児童の作品
安佐中学校美術部生徒の作品

活動紹介:英会話・パソコン
明るい社会づくり運動、エスキーツennis

●バザー ※売り切れ次第終了 10:00~14:45(駐車場・中庭・和室)

うどん・むすび・飲み物・パン・焼菓子・お茶席
コーヒー・コロック・ポップコーンなどの軽食・お米
遊休品・手作り品・文具等
各種くじ・クイズラリーなどの子ども向けゲーム

食券前売りのご案内

5月15日(金)~5月25日(月)の開館日に公民館
窓口で販売しています。
販売時間は 8:30~17:00(木・金は20:45)
※詳細は決まり次第館内に掲示します。

●イベント 10:00~15:00(1階ロビー)

10:00~15:00(1階ロビー)
血圧測定・体脂肪(体年齢)測定などの健康チェック、
認知症に関する資料の展示(DVD 上映)

10:00~15:00(図書館)

紙芝居の上演

13:00~14:45(ホール)

ポッチャ体験会

~ お知らせ ~

6月1日(木)~14日(日)は、グリーンフェスティバル開催(準備・片付け)に伴い、図書室の利用はできません。
6月13日(土)、14日(日)は公民館の駐車場も会場の一つとなるため、車の乗り入れはできません。車や大型バイクでお越しの方は安東小学校に、小型バイクや自転車でお越しの方は公民館の駐輪場に停めてください。いずれも駐車台数に限りがあります。満車の場合はご了承ください。
※詳しい内容は5月下旬発行のパンフレットをご覧ください。

いきいき 長寿大学

日々の生活を豊かにするため「健康」、「音楽」、「教養」等をテーマに学びます。※6月は第3木曜日に実施します。

◆対象:概ね65歳以上の方(定員各30名 申込順)

日時	内容・講師
5月14日(木) 13:30~15:00	「リンパピクスで健康な毎日を」 リンパピクスとはリンパ節の流れを良くし老廃物を排出することを目的とした有酸素運動です。 講師:リンパピクス公認インストラクター 助信 奈穂子さん 持参物:動きやすい服装、靴、タオル、飲み物
6月18日(木) 13:30~15:00	「行ったつもりの宮島観光」 宮島観光の醍醐味を、公民館に居ながら映像と解説で楽しみましょう。定番や穴場の名所など、きっと新たな発見があります! 講師:バスガイド YouTuber 田中 詩乃さん

いきいき 【企業連携講座】スマホ活用講座

スマートフォンの活用方法を知りたい方の為の講座です。皆で楽しく学びませんか?

◆日時:7月2日(木)①10:00~11:00②11:10~12:10
◆対象:概ね60歳以上のスマホを持っていない方、又は操作に不慣れな方(各回定員15名 申込順)
※どちらか一方のお申し込みも可能です。
※スマホの体験機を使用します。個人のスマホは使用しません。
※申し込みが10名未満の場合、中止となる場合があります。

◆内容:①初めての生成 AI
②スマホで健康管理
◆講師:スマホアドバイザー 福坂 和也さん
◆共催:ソフトバンク株式会社



親子の絆づくりプログラム **赤ちゃんがきた!**

赤ちゃんと触れ合いながら、子育ての困りごとを話し合い、学びあうプログラムです。



- ◆日時: 6月25日、7月2日・9日・16日
いずれも木曜日 13:30~15:30
- ◆対象: 令和7年12月から8年4月生まれの第1子とその母親(定員8組 申込順)
※6月25日の時点で生後2ヵ月から5か月のお子さんを対象とします
- ◆内容: ①新しい出会い ②赤ちゃんのいる生活 ③赤ちゃんとのおつき合い ④親になること
- ◆講師: 日本BPプログラムセンター認定ファシリテーター 坂本 牧子さん
- ◆参加費: 1,100円(テキスト代 初回に集めます)
- ◆持参物: バスタオル1枚、お気に入りのおもちゃ
- ◆共催: 子育て・サークル応援グループMaMa!ぽっけ 安佐南区内公民館(古市・佐東・東野・安・祇園、祇園西)
- ◆協力: 安佐南保健センター、安佐南区社会福祉協議会
- ◆後援: 公益財団法人ひろしまこども夢財団

子育てオープンスペースたんぽぽ

お子さんと一緒に気分転換や子育ての情報交換をする憩いの場です。気軽に遊びに来てください。



- ◆日時: 5月13日(水)、6月10日(水)
いずれも10:00~11:30
- ◆対象: 0歳~就園前の子どもとその保護者
- ◆協力: 安東・毘沙門台地区民生委員児童委員協議会 オープンスペースたんぽぽスタッフの皆さん

パソコン・スマホ相談室

Word、Excelの文書作成やスマホの基本操作などの?(ハテナ)にお応えします。

※質問の内容によっては対応できない場合があります。

- ◆日時: 5月8日(金)、6月19日(金)
いずれも13:30~15:30
(受付は15:00まで)
※6月は第3金曜日に実施します。
- ◆申込み: 不要(時間内出入り自由) ◆対象: どなたでも
- ◆協力: パソコンボランティアの皆さん



ふれあいロビー展

- ふれあいセンター絆活動グループ作品展(絵画)
5月9日(土)~30日(土)
- 安東写真クラブ作品展
6月15日(月)~7月8日(水)



子育てオープンスペース週末編

お子さんを遊ばせながら、おしゃべりをして過ごすという出入り自由のオープンスペースです。気軽に遊びに来てください。

安田女子大学学生ボランティアが親子へ特技を披露したり、絵本の読み聞かせをします。

当館図書室に絵本がありますので、この機会にご利用ください。

- ◆日時: 5月16日(土)、6月20日(土)
いずれも10:00~11:30
- ◆対象: 0歳~就園前の子どもとその保護者
- ◆申込み: 不要
- ◆協力: オープンスペースボランティア (安田女子大学学生)



やすひがしはつらつ塾

睡眠と健康は密接な関係があります。睡眠の大切さを学び、生活習慣の見直し、改善に役立てましょう。

- ◆日時: 5月13日(水) 13:30~14:30
- ◆対象: 概ね65歳以上の方(定員20名 申込順)
- ◆内容: 眠れていますか? より良い睡眠のための健康管理
- ◆講師: 株式会社ヤクルト山陽 栄養士 田中 涼夏さん
- ◆共催: 安佐・安佐南地域包括支援センター



日本語教室

近所や職場等で日本語を習いたい方がおられますか。ぜひ、ご紹介ください。

- ◆日時: 5月1日・8日・15日・22日・29日
6月5日・19日・26日
いずれも金曜日の18:00~19:30
- ◆講師: 安田女子大学日本語教育サークルの皆さん
- ◆共催: 安田女子大学



職員異動のお知らせ

これからよろしくお願ひ致します。

館長 与倉 伸二 (藤の木公民館より)

これまでお世話になりました。

館長 沖 光治(退職)

引き続きよろしくお願ひします。

社会教育主事 貞森 陽子

主事 瀬尾 晋司、公民館専門員 米谷 陽子

わが町☆インフォメーション

安佐南区健康相談室 Tel: 831-4944(安佐南区地域支えあい課)

お子様の「育児相談」「身長・体重測定」や大人の「健康相談」「血圧測定」を行います。詳しくは区役所ホームページまたは安佐南区地域支えあい課にお問い合わせください。

- ◆日時: 5月15日(金)、6月19日(金) 9:30~11:00 ◆会場: 安東公民館

安東学区体育協会

ファミリーバドミントン大会

- ◆6月28日(日)9時から12時30分まで



毘沙門台学区体育協会

区分	① みんなで楽しく ニュースポーツ体験会	② 町内ソフトバレーボール 大会	③ ソフトボールリーグ戦
日時	6月13日(土) 8:30~12:00	6月21日(土) 8:30~12:00	6月14日(日)~9月中旬 毎週土・日夕方~
場所	毘沙門台小学校体育館	毘沙門台小学校体育館	毘沙門台小学校運動場

安東学区社会福祉協議会 Tel: 082-962-8210 (安東学区ふれあいセンター)

「安東学区ふれあいセンター」(困りごとなんでも相談窓口)をご利用ください。

(毎週水曜日は安東地域民生委員が相談に応じています)

- ◆開設日: 毎週 月~金(祝祭日は除く) 10:00~12:00
- ◆会場: 相田集会所2階 相田二丁目4-37
- 「安東学区社協 楽しく歌おう安東」※参加費: 500円/回
- ◆日時: 5月18日(月)、6月22日(月) 14:30~16:30
- ◆会場: 安東公民館

毘沙門台学区社会福祉協議会 Tel: 870-9060(ふれあいセンター絆)

ふれあいセンター絆行事予定 5月~6月(5月はGW 休館のため、行事開催の変更が生じる事がありますのでお問い合わせ下さい)

そろばん教室	毎週月・水曜日	パソコンを楽しむ会	第1水曜日
老人クラブ麻雀	毎週火曜日	折り紙教室	第2水・第4土曜日
わくわく子育て広場	毎週水曜日	おれんじカフェ	第2・4木曜日
こども英会話教室	毎週木曜日	びしゃもん台体操 絆教室	第2・4木曜日
小物づくり教室	第2・4金曜日	メンズサロンクッキング	第2土曜日
土曜ランチ	毎週土曜日	唄声サロン	第2・4土曜日
グランマの会(手仕事)	第3火曜日	スタンドグラスの会	第3土曜日
学区集会所: 社協びしゃもん・結 5月13日水曜日(ザ・ビジャモンズ)、6月3日水曜日(スポーツセンター)、6月10日水曜日(認知症講座) ・地域文庫(図書の貸し出し)毎週木曜日14時~16時			
東集会所 びしゃもんカフェ 第4土曜日			

御礼 公民館だよりは次の新聞販売店のご厚意により新聞折込でお届けしています。

中国新聞安東販売所 中国新聞安中央販売所 中国新聞安南販売所
中国新聞緑井販売所 読売新聞古市・祇園店 読売新聞安・緑井店