令和8年
11月号

小谷 地域センターだより

VOL. 156(2026.10.22発行)
発行: 小谷地域センター
住所: 〒739-2121
東広島市高屋町小谷5560
TEL/FAX: (082)434-3758
E-mail: kodani-k@city.higashihiroshima.hiroshima.jp

小谷地域センターご利用の皆さまへ

すっかり秋らしくなりました。今年は、雨も少なく非常に良い天候が続いており稲刈りもスムーズに行われているようです。

令和8年も残り2ヶ月となりました。11月には協議会主催の文化のつどいがあります。午前中は小谷小学校の学習発表会もあり地域一体となって盛り上げていきます。

スポーツの秋です！協議会主催のソフトボール大会、ニュースポーツのグランドゴルフ・ペタンク体験会も予定されてます。気候的に身体を動かす絶好のシーズンです。また、地域センターでも運動系講座・活動がされています。

シニア世代が多い小谷地区です。是非、皆さんも体験してみませんか？職員一同お待ちしております。

受講生募集……ご案内①……

はじめの一歩！ デジタル入門講座

参加費無料

みんなで楽しく、のんびり学びましょう。

＜スマホ編＞
毎月第2水曜日13：30～15：30
＜パソコン編＞
毎月第4水曜日13：30～15：30

持参物：お持ちのスマホ、パソコン、飲み物
（機器の貸出しはありません。）

※講師はセンター職員となりますので、お気軽にご参加ください。

健康学級

11/20
(金)
10：00～11：30

参加費無料

講　師/岸本　康子先生

内　容/ヒモトレ健康法；困ったときのヒモ頼み

持参物　動きやすい服装、飲み物



※参加者募集受付しております。お気軽にお問合せ下さい。

主催　小谷小学校区市民協働まちづくり協議会
福祉健康部会　小谷地域センター

健康応援講座

参加費無料

日　時　11/12（木）13：30～14：20

講　師　東広島整形外科クリニック 山口　右京先生

持参物　動きやすい服装、上履き、飲み物



※参加者募集受付しております。お気軽にお問合せ下さい。

健康学級

12/18
(金)
10：00～11：30

参加費無料

講　師/岸本　康子先生

内　容/チクチク療法；爪楊枝で健康づくり

持参物　動きやすい服装、飲み物



※参加者募集受付しております。お気軽にお問合せ下さい。

11月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ﾄﾗﾝﾎﾟﾋﾞｸｽ(予定) 秋祭り準備	3 秋祭り	4 元気倶楽部 小谷なかよし文庫 卓球教室	5 篠笛(コ) 小谷ミュージック・カフェ	6 モルックを楽しもう ヨガ教室	7 囲碁教室(予定)
8 文化のつどい（小谷小）	9 ﾄﾗﾝﾎﾟﾋﾞｸｽ(予定) 水彩画を楽しむ会 編み物教室	10 小谷ペタンク倶楽部 卓球教室	11 元気倶楽部 卓球教室 はじめの一歩！デジタル入門（スマホ編）	12 健康応援講座 篠笛倶楽部	13 季節の花飾り ヨガ教室	14 囲碁教室(予定)
15 グラウンドゴルフ大会(小谷小)	16 ﾄﾗﾝﾎﾟﾋﾞｸｽ(予定)	17 小谷ペタンク倶楽部 卓球教室	18 元気倶楽部 卓球教室	19 小谷ミュージック・カフェ	20 健康学級 ヨガ教室	21 親子でおもしろ体験塾 囲碁教室(予定) 収穫祭，憩いの場小谷（あおぞらパン屋さん白市店） 資源回収
22 資源回収	23 祝日 資源回収	24 小谷ペタンク倶楽部 卓球教室 資源回収	25 元気倶楽部 卓球教室 はじめの一歩！デジタル入門（パソコン編） 資源回収	26 季節の手仕事 篠笛倶楽部	27 寄せ植え講座 ヨガ教室	28 囲碁教室(予定)
29	30 ﾄﾗﾝﾎﾟﾋﾞｸｽ(予定) 水彩画を楽しむ会					

11/21(土)～11/25(水)
10：00まで
小谷なかよし文庫の
資源回収を行います。

◎10月22日現在、予定での作成となっております。
都合により変更になる場合があります。ご了承ください。
◎教室の見学・体験は、いつでもできます。
まずは小谷地域センターまでお電話でお問い合せください。
※（コ）は大丸目山コミュニティハウスです。



小谷元気ッズ！ わくわく！わんぱくスクールSCHOOL

9/25（金）・26（土）

25日（金）








26日（土）







みなさまへの感謝
第17回合宿体験もボランティア皆さまのお力をお借りし無事終了しました。
今後とも地域センター事業へのご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

児童の感想
大きなお風呂にみんなで入れた

児童の感想
ごはんが美味しかった

児童の感想
ペタンクを体験できた






健康応援講座　9/10(木)



健康学級　9/18(金)



第１回　東広島Well-beingフェスタ

１１/１（日）10:00～17:00

メイン会場　東広島芸術文化ホールくらら
西条中央公園（美術館前）

小谷地域センターからは、ホームページで「地域センター紹介」を行っています。手打ちそばに挑戦！の講座紹介もしています。
ぜひ、ご来場ください。





特設サイト