

いきいき

西国街道ぶらり旅
-いのくち歴史の散歩道-

歴史的風情を感じさせる場所をまとめたマップ「西国街道いのくち歴史の散歩道」を片手に地域のガイドの説明を聞きながら、井口周辺の歴史を学びませんか。

2 時間程度歩きますので、動きやすい服装・履きなれた靴でご参加ください。

日 時 **11月19日(水) 13:00～16:00**

※小雨決行

※駐車場はありません。

車での来場はご遠慮ください。

集・解散場所 井口集会所 (西区井口二丁目 1－3)

※井口公民館ではありません。お気をつけください。

対 象 18歳以上 参加費 無料

定 員 20人(先着順)

内 容 集会所で概要説明の後6ヶ所の史跡を巡ります。

持参物 筆記用具・飲物・タオル・帽子・雨具

共 催 井口・鈴が峰魅力づくり委員会、
西区役所地域起こし推進課、
井口公民館、鈴が峰公民館

申 込 **11月1日(土)** から井口公民館へ

いきいき

鈴が台ひだまりサロン 地域でまなび語ろう
家族の介護に不安はありませんか？
～地域で暮らしていくために～
在宅介護についてわかりやすくお話していただきます。

日 時 **12月14日(日) 10:00～12:00**

10:00～講演会「自分ごととしての在宅介護」

11:00～座談会

講 師 広島市在宅生活継続支援事業
指導員 西山 美雪さん

場 所 井口公民館 3階第二研修室

対 象 どなたでも(井口在住の方)

定 員 30人(先着順) 参加費 無料

主 催 井口鈴が台連合町内会

共 催 井口鈴が台地区民生委員、いのくち LMO
広島市井口台・井口地域包括支援センター、
井口公民館

申 込 **11月5日(水)** から井口公民館へ

いきいき

小学生あつまれ！いのっこクラブ
金魚ちょうちんをつくろう！

山口県柳井市の伝統工芸品「金魚ちょうちん」の魅力を発見!!

日 時 **11月30日(日) 10:00～12:00**

講 師 工作ボランティア 藤岡優子さん、深田樂さん

定 員 10人(小学3年生以下は保護者同伴)

場 所 井口公民館

対 象 小学生

参加費 200円(当日徴収)

持参物 飲み物、はさみ、
ハンカチ、持ち帰り用袋、
エプロン(アクリル絵の具を使います)

申 込 **11月5日(水)から井口公民館へ**
(兄弟の申し込みは可、友達の申し込みは不可)
先着順・窓口優先です。

いきいき

住んでいるこの町が好き！
認知症とお酒の意外な関係

井口明神げんきアップ講座 第8弾

日 時 **11月28日(金) 13:30～15:00**

場 所 広島アルパーク店西棟無印良品 1階
まちの保健室隣のオープンスペース

適量飲酒で認知症のリスク減！？ 楽しくお酒と付き合っていくために大切なポイントを一緒に学びましょう！

対 象 どなたでも 定 員 30人(先着順)

参加費 無料

内 容 ①認知症とお酒の関係

講 師 ころろホスピタル草津 精神科医師 高橋 雪輝さん

内 容 ②からだにやさしい栄養のお話

講 師 ころろホスピタル草津 管理栄養士 田中 あやさん

共 催 井口地区民生委員・児童委員協議会
井口明神学区社会福祉協議会
広島市井口台・井口地域包括支援センター
井口公民館

協 力 無印良品広島アルパークまちの保健室
西区社会福祉協議会・西区地域支えあい課

申 込 **井口公民館へ**(必ずお申込みください)
井口明神小学校校区在住の方(11/1(土)から受付)
その他の地域在住の方(11/7(金)から受付)

いきいき

玄関扉にマスキングテープで
クリスマスアートを作ろう！

公民館の玄関扉にマスキングテープでクリスマスツリー等の飾りを貼ってみませんか？下書きがありますのでどなたでもご参加頂けます。

日 時 **12月4日(木) 14:00～15:00**

場 所 井口公民館

対 象 どなたでも

定 員 15人(先着順)

参加費 無料

持参物 なし(暖かい服装でお越しください)

申 込 **11月5日(水)** から井口公民館へ

いきいき

井口囲碁同好会

初心者大歓迎。お気軽にお越しください。囲碁は生涯楽しめる趣味になります。楽しいですよ。

日 時 **毎週日曜日 13:00～17:00**

場 所 井口公民館 2階和室

会 費 3,000円/半年

対 象 どなたでも(老若男女)

問合せ 井口公民館へ
<体験対局募集>
ルールは簡単、
初心者でも置石
(ハンディ)で
対局可能。

いきいき

井口絵手紙愛好会

みんなで楽しく活動しています。

日 時 **毎月第3金曜日 13:00～16:00**

場 所 井口公民館

会 費 1,500円/月

対 象 どなたでも

問合せ 井口公民館へ

いきいき

いのくちパソコン広場

日 時 **11月1日(土) 10:00～12:00**

時間内出入自由

場 所 井口公民館

対 象 どなたでも

協 力 パソコンボランティア

申 込 不要

いきいき

読み聞かせ、手あそびしよう。
おはなし会

日 時 **11月27日(木) 11:00～11:30** ※公民館まつりでも開催します

場 所 井口公民館

対 象 赤ちゃんから未就園児とその保護者

内 容 読み聞かせ、手あそび

協 力 おはなしどころ

申 込 不要

いきいき

子どもたちが自由に遊んだり、親同士の情報交換に
わくわくオープンスペース

日 時 **11月21日(金) 10:00～11:30**

場 所 井口公民館

対 象 赤ちゃんから未就園児とその保護者

協 力 井口地区民生委員児童委員協議会

申 込 不要

いきいき

井口はつらつ隊体操教室

日常所作講座 効率の良い立ち座り

日 時 **11月21日(金) 13:30～15:30**

場 所 井口公民館 対 象 どなたでも

講 師 健康運動指導士 竹原 亮紀さん

参加費 300円

持参物 飲み物、いきいき活動ポイント手帳

その他 動きやすい服装で参加

主 催 井口はつらつ隊

問合せ 井口公民館へ