

井口公民館では、約40のグループが活動しています。あなたも学びの一步をはじめませんか？

ジャンル	No	グループ名	活動内容	活動日	活動時間	募集
乳幼児教育	1	おはなし ころころ	絵本の読み聞かせ	第2・4木曜日	10:00~12:30	募集中
	2	わらべうたで遊ぼう 『かっちゃんこの会』	わらべうた遊び	月1回月曜日	10:00~13:00	欠員待ち
青少年教育	3	ブチキッズダンス	ダンス(年長~小学生)	水曜日	17:25~18:45	募集中
	4	井口浄太鼓	和太鼓(年長~小学生)	第1~4金曜日	16:00~18:00	欠員待ち
コンピュータ	5	ばそ倶楽部!いのくち	パソコン	第3木曜日	13:30~16:30	募集中
家庭医学・健康	6	スーリア	ヨガ	金曜日	19:00~20:30	欠員待ち
	7	新日本婦人の会 ヨーガ小組	ヨガ(女性のみ)	第2~4木曜日	9:30~10:30	募集中
	8	ピラティスニュートラル	ピラティス	第1~4木曜日	19:00~21:00	募集中
	9	井口はつらつ隊	健康体操	金曜日	13:30~15:30	募集中
	10	いきいき鈴が台健康体操	健康体操	第1~4水曜日	14:00~16:00	募集中
食生活	11	広島友の会 西方面	家庭生活学習	隔月第3土曜日	9:30~12:30	募集中
	12	ぼたん	料理	第1木曜日	9:30~13:30	募集中
娯楽	13	あんぱんまん	パン作り	第2水曜日	9:00~13:00	欠員待ち
	14	井口囲碁同好会	囲碁	日曜日	13:00~17:00	募集中
語学	15	井口公民館麻雀同好会	健康麻雀	月曜日・土曜日	12:50~16:50	募集中
洋画	16	おもてなしの英会話	英会話	第1・3土曜日	14:00~17:00	欠員待ち
	17	いのくち虹の会	水彩画	第1・3土曜日	8:30~12:30	募集中
書	18	筆の友	書道	第1~4水曜日	9:30~12:30	募集中
	19	さくら習字グループ	書道	月曜日	17:00~21:00	募集中
工芸	20	りゅうじん	陶芸	第2・4水曜日	9:00~12:00	欠員待ち
その他の美術・工芸	21	井口絵手紙愛好会	絵手紙	第3金曜日	13:00~16:00	募集中
	22	チューリップ 押し花	押し花	第4水曜日	9:30~13:30	募集中
	23	井口花あそびくらぶ	フラワーアレンジメント	第1木曜日	13:00~15:00	募集中
合唱	24	あまーびれ	コーラス	第2・4金曜日	9:45~12:45	募集中
邦楽	25	KOTO ² (コトコト)	琴	木曜日	10:00~13:00	募集中
	26	いのくち三絃同好会	三味線	第1・3木曜日	9:00~11:00	募集中
器楽・声楽	27	ウクレレサークル	ウクレレ	第1・3土曜日	10:00~12:00	募集中
	28	はとポッポ	オカリナ	第1・3金曜日 第2・4土曜日	13:30~16:30 9:30~12:30	募集中
洋舞	29	マカロンII	オカリナ(ボランティア)	第1木曜日	10:00~12:00	募集中
	30	シャルウィダンス いのくち	社交ダンス	第1・3月曜日	13:00~14:30	募集中
その他舞踊	31	T.bambs (ハンブス)	バトン	金曜日	18:30~19:30	募集中
バレーボール	32	ココズ	バレーボール	不定期	19:00~22:00	欠員待ち
	33	IRIS (アイリス)	バレーボール	日曜日	19:00~22:00	募集中
	34	ルマンド	バレーボール	月曜日	19:00~22:00	募集中
卓球	35	卓球すずらん	卓球	水曜日	9:00~11:00	募集中
	36	ザ・ボンピンズ	卓球	木曜日	9:30~11:30	募集中
バトミントン	37	シャトル	バドミントン	月曜日	10:00~12:00	募集中
その他の球技	38	ミニテニス同好会	ミニテニス	金曜日	13:30~15:30	欠員待ち
格技	39	げんこつ	空手	水曜日	19:00~21:00	募集中
	40	井口青少年拳法サークル	拳法	第1~4日曜日	9:30~12:30	募集中
その他の格技	41	鯉城なぎなたクラブ井口	なぎなた	第1~4土曜日	11:00~13:00	募集中
障害者理解	42	手話サークル 月の輪	手話ボランティア	月曜日	9:30~12:30	募集中
ボランティア	43	音訳ボランティアまめの会	音訳ボランティア	第1~3木曜日	9:30~12:30	募集中
	44	井口・鈴が峰魅力づくり委員会	ガイドボランティア	第3水曜日	10:00~12:00	募集中

今月のいのくちギャラリー ◆……………▶ 令和8年4月現在
いのくち虹の会 「玄関扉 春の絵アート」 4月1日(水)~4月15日(水)
「井口公民館学習グループポスター展」 4月1日(水)~4月20日(月)

公民館は応援します。いつでも、だれでもスタート!はじめてみよう生涯学習!!

井口明神げんきアップ講座 第1弾



挑戦と喜びをあきらめない身体へ

人生100年時代、5年後も自分らしく動き続けるために必要な“体の使い方”を理学療法士がわかりやすくお伝えします。動きやすい服装でお越しください。

日時 **4月17日(金) 13:30~14:30**
 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**
 対象 どなたでも
 定員 20人
 講師 理学療法士 三好 健豊さん
 (病院勤務歴10年以上・現在は井口明神で整体活動中)
 内容 おはなしと体操
 持参物 飲み物・筆記用具・メモ
 参加費 無料
 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 ・井口明神小学校学区在住の方(受付中)
 ・その他の地域在住の方は4月2日(木)から井口公民館で受付開始(窓口優先)

わがまち里山
すずがみねハイキング



日時 **4月4日(土) 9:40~(出発式 10:00)**
 雨天中止(当日の午前8時半の時点で判断します。各公民館にお問い合わせください。)
 集合 井口台中学校正門(西区井口台4-2-1) ※駐車場はありません。
 内容 鈴ヶ峰登山(約2時間)、ゲーム、登山道沿いのゴミ拾い、下山後にパンと飲み物をプレゼント
 持参物 飲み物、軍手、タオル、登山に適した服装
 主催 井口地区体育団体振興会(鈴ヶ峰・井口台・井口・井口明神の各学区体育協会)・鈴ヶ峰公民館・井口公民館
 申込 当日受付(小学3年生以下は保護者同伴)
 問合せ 鈴ヶ峰公民館(Tel. 278-7599)
 井口公民館(Tel. 277-9258)

グループ 会員集 募集 **絵本よみきかせグループ おはなしころころ**

毎月第4木曜日に0歳から100歳を対象にした「おはなし会」を開催しています。絵本や紙芝居、ペーパーシアター、手あそびうた等、楽しく活動しています。未経験の方でも大歓迎。お気軽にお問い合わせください。

日時 **第2・4木曜日 10:00~12:30**
 場所 井口公民館
 問合せ 井口公民館



お知らせ 公民館グループ **わらべうたで遊ぼう かっちゃんこの会**

わらべうたや手遊びうた絵本の読み聞かせなど、ふれあい遊びをします。親子で楽しい時間を過ごしましょう。

日時 **4月13日(月) 10:30~12:00**
 場所 井口公民館 会費 無料
 対象 赤ちゃんから未就園児と保護者
 問合せ 井口公民館



いきいき鈴が台健康体操



専門講師が体幹と骨盤底筋の指導を行います。新年度をきっかけにご一緒しませんか？

日時 **第1~4水曜日 14:30~15:30**
※第4水曜日のみ DVD による百歳体操
 場所 井口公民館ホール
 対象 どなたでも(見学だけでも歓迎です。)
 会費 月400円(井口鈴が台町内会会員)
 月500円(町内会会員以外)
 主催 井口鈴が台連合町内会
 問合せ 井口公民館へ

井口はつらつ隊体操教室



不調改善講座①~「腰」の痛みの改善と予防~

日時 **4月17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
 主催 井口はつらつ隊
 問合せ 井口公民館へ