

三入公民館だより

発行：公益財団法人広島市文化財団 三入公民館

〒731-0211 広島市安佐北区三入五丁目15番9号 TEL・FAX：(082)818-1418

メール：miiri-k@cf.city.hiroshima.jp HP：http://www.cf.city.hiroshima.jp/miiri-k/

5月号

令和7年(2025年)
5月1日発行



【開館時間】午前8時30分～午後10時

【受付時間】午前8時30分～午後5時15分 ※木曜日と金曜日は午後9時まで

■講座への参加は、5月1日(木)から 公民館へ電話か来館でお申し込みください。

■駐車場に限りがありますので、できるだけ公共交通機関でのご来館をお願いいたします。

※講座への参加申込みの際にお聞きする個人情報は、事業運営の目的以外には使用いたしません。

〈ふれあい広場〉ユリハーブ園で「バラ」を楽しむ講座

〈ふれあい広場〉は地域の人材や場所を紹介し、地域での交流を楽しむ講座です。今回は三入公民館から歩いて「ユリハーブ園」を訪れ、ちょうど見ごろの「バラ」を五感で楽しみましょう。

■日 時：5月21日(水)10:00～11:30

■場 所：三入公民館 研修室2
ユリハーブ園(三入6丁目)

■対 象：どなたでも

■定 員：10人(申込先着)

■参加費：100円

■内 容：・ユリハーブ園見学
・バラとハーブを使ったスワッグ作り

■持参物：花切りばさみ、作業用手袋、持ち帰り袋

■申込み：公民館へ電話か来館で

【講師】河野 由利さん(ユリハーブ園園主)

大賀 逸司さん(ユリハーブ園つるバラ担当)



三入6丁目(国道183号沿い)にある「ユリハーブ園」は、2024年秋に、第19回ひろしま街づくりデザイン賞で部門賞(花と緑部門)を受賞されました。約26年前から園主の河野さんとお仲間たちが作業を続けてこられ、現在ではバラ約310本と15種のハーブや樹木が見事な花を咲かせています。

〈学びのひろば〉健康に歩き続ける！足を守るくつ選びのポイント

〈学びの広場〉は日々の暮らしに役立つ情報を分かりやすく学び、人生をより豊かにする講座です。今回は「はきやすい靴が足首を歪ませる?!」をテーマに、足や歩行の不安についての原因と対処法をお聞きし、自分の足で歩き続けるために足を守るくつ選びのポイントを学びましょう。

■日 時：5月30日(金)10:00～11:30

■場 所：三入公民館 研修室1

■対 象：どなたでも

■参加費：無料

■定 員：42人

■その他：普段はいている靴でご参加ください ※持参も可

■申込み：公民館へ電話か来館で

【講師】的場 萌さん(足と健康の相談員・はり灸サロンひととせ)



〈生き生き大学〉リンパビクス体験



リンパビクスとは軽快なリズムに合わせた有酸素運動で体温を上げ、体の表面へのやさしい刺激でリンパの流れを良くする運動です。のびのびと体を動かしてスッキリボディを体感しましょう。

■日 時：5月15日(木)10:00～11:30

■場 所：三入公民館 ホール

■対 象：どなたでも

■定 員：50人(申込先着)

■参加費：無料

■持参物：屋内シューズ、タオル、飲み物

■申込み：公民館へ電話か来館で



【講師】助信 奈穂子さん(リンパビクス認定CAPインストラクター)

〈新グループを作ろう!〉囲碁体験講座



囲碁は二人で陣地を取り合うマインドスポーツです。囲碁の世界は奥深く、脳トレになります。体験会では基本的なルールの解説を聞き、講師のアドバイスのもと対局を楽しみましょう。

今後は定期的に囲碁を楽しめるよう、次回からの活動日程なども相談します。興味のある方ぜひご参加ください♪

■日 時：5月25日(日)13:30～15:30

■場 所：三入公民館 研修室1

■対 象：どなたでも

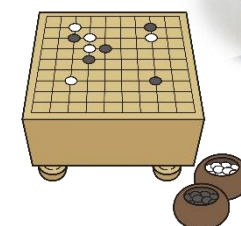
■定 員：12人(申込先着)

■参加費：無料

■持参物：なし

■申込み：公民館へ電話か来館で

【講師】小西 寛和さん(囲碁講師、広島県アマ本因坊)



〈みんなの交流ひろば〉5月:ビーズ&おしゃべりタイム

子どもから高齢者までだれでも参加できる交流ひろばです。5月はビーズや折り紙を準備してみなさんの参加をお待ちしています。申し込み不要!参加費もいりません。おしゃべりや工作を楽しみに、ふらっとお気軽にお越しください。

■日 時：5月10日(土)10:00～11:30

■場 所：三入公民館 研修室1

■対 象：どなたでも

■定 員：なし

■参加費：無料

■申込み：不要

【協力】みんなの交流ひろばボランティアのみなさん

【主催】三入児童館、三入公民館



〈5月の公民館行事〉



1	木	
2	金	
3	土	休館日
4	日	
5	月	休館日
6	火	休館日
7	水	休館日
8	木	広島市図書館巡回日
9	金	子育てひろば「みるく」
10	土	みんなの交流ひろば
11	日	
12	月	
13	火	休館日
14	水	図書ボランティア活動日
15	木	生き生き大学(リンパビクス)
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	休館日
21	水	ふれあい広場(バラを楽しむ) 花ボランティア活動 パソコンお助けルーム 小学生花ボランティア体験
22	木	広島市図書館巡回日
23	金	
24	土	
25	日	グループ作ろう!(囲碁)
26	月	
27	火	休館日
28	水	
29	木	
30	金	学びのひろば(靴選びのコツ)
31	土	



このマークは、高齢者いきいき活動ポイント対象講座です