

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/

7月号

令和7年(2025年)
7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、7月2日(水)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、事業運営の目的以外には使用いたしません。

〈生き生き大学〉健康はお口から！健口寿命を延ばしましょう



「食べる」「飲み込む」「話す」などの口の働きが低下すると、低栄養状態や嚥下障害など身体全体の衰えにもつながり、認知症リスクも高めます。今回は口腔ケアの大切さについてお話をお聞きし、口の体操や唾液腺マッサージの方法などもご紹介します。手かがみ持参でご参加ください。

■日 時：7月17日(木) 10:00～11:30

■場 所：三入公民館 研修室1

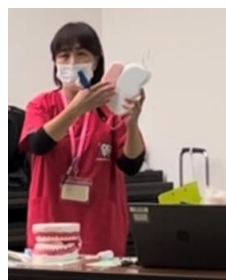
■対 象：どなたでも

■定 員：42人(申込先着) ■参加費：無料

■持参物：手かがみ、筆記用具、飲み物

■申込み：公民館へ電話か来館で

【講師】日笠 由美さん(歯科衛生士)



〈親子でチャレンジ！〉親子で落語を楽しもう 寿限無寿限無～♪

夏休みの1日、本物の落語を聞いて落語の世界に触れてみませんか。前半は愉快的な落語で笑いましょう。後半は有名な演目「寿限無」に登場する「じゅげむ じゅげむ ごこうのすりきれ～♪」のリズミカルなせりふや、楽しい掛け合いに挑戦してみましょう。こどもも大人も楽しめます！

■日 時：8月2日(土) 13:30～15:30

■場 所：三入公民館 研修室1

■対 象：小学生とその保護者、関心のある人

■定 員：親子10組

■参加費：無料

■持参物：筆記用具

■申込み：公民館へ電話か来館で

【講師】^{ぶどうてい}葡萄亭わいん さん(落語家)





今年も平和への願いを込めて折り鶴を折りましょう 募集期間：7月2日(水)～7月18日(金)

折り紙(7.5cm×7.5cm)は公民館ロビーに用意しています。
お寄せいただいた折り鶴は千羽鶴につづり、7月30日(水)開催の「三入児童館平和の集い」で展示した後、平和記念公園に捧げます。 ●折り鶴を千羽鶴につづる作業をしてくださるボランティアさん募集します。

〈小学生サタデースクール〉日時計を作ってみよう！

「日時計」は太陽の動きで変わる影を利用し、今の時刻を知ることができる便利な装置です。講座では自分で日時計を作ったあと、実際の時刻と比べながら、太陽が時計になる仕組みを楽しく学びます。夏休みの自由研究にいかがですか？

■日 時：7月19日(土) 10:00～12:00

■場 所：三入公民館 研修室1

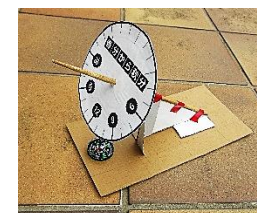
■対 象：小学生 ※3年生以下は保護者同伴

■定 員：20人(申込先着)

■参加費：300円

■持参物：のり、ものさし、えんぴつ

■申込み：公民館へ電話か来館で



【講師】^{おだ ふかし}小田 玄さん(元中学高校理科教員・三入在住)

〈夏休みこども体験講座〉①水墨画にチャレンジ！



水墨画は墨の濃淡を使って描く絵です。線を引くことから練習をし、コツをつかんだら見本を見ながら描いてみます。墨の濃淡で遊びましょう。大人の方もご体験ください。

■日 時：7月25日(金) 10:00～11:30

■場 所：三入公民館 研修室2

■対 象：小学生、関心のある人

■定 員：16人(申込先着)

■参加費：無料

■持参物：習字道具、半紙10枚

■申込み：公民館へ電話か来館で



【協力】三入公民館利用グループ「^{か ぼくかい}華墨会」のみなさん

〈夏休みこども体験講座〉②キーマカレーを作ろう！

お料理が得意な三入女性会のみなさんの夏休み料理教室です。今年は夏野菜をたくさん使って栄養満点のおいしいキーマカレーとサラダを作っていただきます。野菜の切り方も習って楽しくお料理しましょう。飲み物を持ってくるね。

■日 時：7月31日(木) 10:30～13:00

■場 所：三入公民館 実習室

■対 象：小学生

■定 員：12人(申込先着)

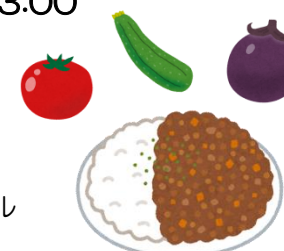
■参加費：500円

■持参物：エプロン、マスク、手ふきタオル

■申込み：公民館へ電話か来館で

※アレルギーの有無を申込時にお知らせください

【協力】三入女性会のみなさん



〈7月の公民館行事〉



1	火	休館日
2	水	
3	木	
4	金	
5	土	グループ代表者会議
6	日	
7	月	
8	火	休館日
9	水	図書ボランティア活動日
10	木	広島市立図書館巡回日
11	金	子育てひろばみるく
12	土	みんなの交流ひろば
13	日	
14	月	
15	火	休館日
16	水	花ボランティア活動日
17	木	生き生き大学(口腔ケア)
18	金	折り鶴最終日
19	土	サタデースクール(日時計)
20	日	
21	月	休館日
22	火	休館日
23	水	
24	木	広島市立図書館巡回 避難訓練
25	金	こども体験(水墨画)
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	休館日
30	水	三入児童館平和のつどい
31	木	こども体験(キーマカレー)



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