個人(じぶん)の楽しみが、まちの元気へ変わる場所。地域とともに歩む三入公民館

三入公民館だより

9月号
令和７年(2025年)
９月１日発行

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/

【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、９月１日(月)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。

第40回三入公民館まつり10月11日(土)、12日(日)に開催します！

内容・時間などの詳細は公民館だより10月号でお知らせします。**【主催】第40回三入公民館まつり実行委員会**

〈学びの広場〉歌舞伎に親しむ　～その歴史から観賞法まで～

いきいき

「歌舞伎って役者の名前を聞いたこともあるし興味もあるけど…ちょっと難しそう」と思われる方も多いのではないでしょうか。江戸庶民の最大の娯楽だった歌舞伎は、歴史や鑑賞のポイントがわかれば理屈抜きに楽しめます。あれこれ豆知識を学んで歌舞伎を身近なものにしませんか。

■日　時：９月１９日(金)13:30～15:00
■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：筆記用具
■申込み：公民館へ電話か来館で

歌舞伎の歴史、役者、演目、舞台鑑賞のポイント、広島での鑑賞機会など、歌舞伎に親しむためのおはなし満載です！

【講師】浅尾（あさお）　哲三（てつぞう）さん（安田女子大学非常勤講師）

〈健康講座〉生活習慣病予防のために　みんなで考えよう！今日の献立

いきいき

健康なからだをつくるためには栄養バランスの良い食事が大切です。栄養士と一緒に献立を考えながら、バランスのよい献立にするヒントやコツを学びましょう。すぐに役立つ簡単調理レシピや、お得感いっぱいの食材の選び方なども紹介します。健康的な食生活は献立作りから！

■日　時：９月２５日(木)13:30～15:30
■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：筆記用具
■申込み：公民館へ電話か来館で

【講師】安佐北区保健センター栄養士
【主催】三入地区公衆衛生推進協議会、三入公民館

〈わがまちふるさと自慢〉毛利氏と熊谷氏(戦国動乱)

いきいき

今回は、陰陽を結ぶ結節点である可部地方を争奪するため、毛利氏や熊谷氏などの戦国武将がいかに動き、活躍したかを、可部・三入地方の様子とともに学びます。

■日　時：９月８日(月)10:00～12:00
■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：筆記用具
■申込み：公民館へ電話か来館で

【講師】坊（ぼう）　聰彦（としひこ）さん（可部郷土史研究会会長）

〈生き生き大学〉命を守る“水”見直そう！水分補給

いきいき

熱中症予防のための水分補給、この夏はずいぶんと気を付けましたね。しかし、夏以外にも私たちの体からは気づかないうちに多くの水分が失われています。水分不足になりやすい理由、水分補給のコツや、食事からの水分摂取の重要性をお伝えします。

■日　時：９月１８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：筆記用具
■申込み：公民館へ電話か来館で

【講師】（株式会社明治　食育担当）加藤（かとう）　美穂（みほ）さん

〈JR可部線を生かしたまちの魅力発信事業〉桧山（ひやま）で稲刈り体験ツアー

《行程》8:50ＪＲ可部駅西口集合→可部の三大産業についての話⇒桧山生活改善センター(安佐北区大林町)→着替えて稲刈り体験→昼食⇒米がお酒になるまでの話⇒15:00ＪＲ可部駅で解散　※⇒はマイクロバスで移動

■日　時：10月18日(土)9:00～15:00（予定）
※雨天の場合は雨ガッパを着用して稲刈りをします。
いきいき
■対　象：どなたでも ※小学生以下は保護者同伴
■定　員：２０人（申込先着）
■参加費：1,000 円（バス・飲み物・保険代）※当日徴収
■持参物：昼食、長靴、着替え、作業用手袋、タオル、保険証またはその写し、ポイント手帳(お持ちの方)、雨ガッパ
■申込み：**可部公民館へ電話か来館で　☎８１４－４０３１**
９月１日(月)午前９時から受付開始

【主催】ＪＲ可部線を生かしたまちづくり実行委員会（ＪＲ可部線利用促進同盟会、ＪＲ西日本、安佐北区地域起こし推進課、可部・三入・亀山公民館）

〈９月の公民館行事〉

1	月	
2	火	**休館日**
3	水	図書ボランティア活動日 パソコンお助けルーム
4	木	
5	金	
6	土	
7	日	
8	月	わがまちふるさと自慢
9	火	**休館日**
10	水	
11	木	広島市立図書館巡回日
12	金	子育てひろばみるく
13	土	みんなの交流ひろば
14	日	
15	月	**休館日**
16	火	**休館日**
17	水	パソコンお助けルーム
18	木	生き生き大学(水分補給)
19	金	学びの広場（歌舞伎）
20	土	
21	日	
22	月	
23	火	**休館日**
24	水	**休館日**
25	木	健康講座（献立） 広島市立図書館巡回日
26	金	
27	土	公民館まつり演芸部会
28	日	
29	月	
30	火	**休館日**

いきいき　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