

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1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/

2月号

令和8年(2026年)
2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、**2月1日(日)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。

〈生き生き大学〉ループエクササイズで動きやすい体を作ろう



寒い日が続き体を動かす機会も少なくなったのではないのでしょうか。今回は部屋でイスに座ってできる体操を企画しました。専用のゴムバンド(ループ)を使って手指を動かすエクササイズや、肩甲骨まわりをほぐし筋肉を鍛えて、動きやすく姿勢の良い体を作る効果的な体操を教えてください。

■日時：2月19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：30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】^{まつお なおみ}松尾 直美さん(フィットネスインストラクター)



「ループエクササイズバンド」
当日貸出します。



〈わがまちふるさと自慢〉隆盛を誇った可部の豪商「南原屋」の秘密



中世、可部地方は陰陽を結ぶ物流の結節点として栄えていました。「南原屋」は南原を発祥の地とする高宮郡唯一の豪商でしたが、幕末から明治にかけて藩命により資金の鑄造に関わられたと伝わります。こうした状況下、幕末からの激動期の庶民の生活についての歴史をたどりましょう。

■日時：2月16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】^{ぼう としひこ}坊 聰彦さん(可部郷土史研究会会長)



予告 〈わがまちふるさと自慢〉3月9日(月)10:00～12:00 講師：坊 聰彦さん(可部郷土史研究会会長)
※詳細は公民館だより3月号でお知らせします。3月1日(日)受付開始。

〈三入地区防犯組合連合会主催〉三入地区防犯教室



詐欺を働こうとする業者や実行犯、留守宅を狙う窃盗犯があなたを狙っています。詐欺行為の手口や鍵かけなどの対処方法を学び、安心な生活と大切な財産を守りましょう。

■日時：2月15日(日) 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

■参加費：無料 ■持参物：筆記用具

■内容：①悪質商法、詐欺の手口

【講師】^{よしむら かおり}芳村 香於里さん(消費生活専門相談員)

②地域の犯罪の傾向と被害状況

【講師】^{ふくい けんいち}福井 健一さん(安佐北警察署生活安全課)

■申込み：公民館へ電話か来館で

【主催】三入地区防犯組合連合会、三入公民館



〈少子高齢化時代の人とのつながり方



自分にできることで人や地域とつながり、新たな楽しみや生きがいを見つけませんか。三入地区社会福祉協議会が地域で展開している様々な活動をご紹介します。

■日時：2月22日(日) 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

【講師】^{こうろ ひろかず}高路 博一さん(安佐北区社会福祉協議会)

【主催】三入地区社会福祉協議会、三入公民館



〈みんなの交流ひろば〉パクパク人形作り



子どもから大人までどなたでも気軽に参加できる「ひろば」を毎月1回開催しています。簡単な工作やおしゃべりをして公民館でのんびり過ごしましょう。ふら～っとお越しください♪

☆運営をお手伝いいただけるボランティアさんも募集しています☆

■日時：2月14日(土) 10:00～11:30

■場所：三入公民館 研修室1

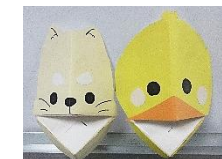
■対象：幼児から高齢者までどなたでも

■参加費：無料

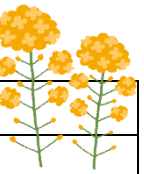
■持参物：なし ■申込み：不要

【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



〈2月の公民館行事〉



1	日	
2	月	
3	火	休館日
4	水	図書ボランティア活動日 パソコンお助けルーム
5	木	
6	金	
7	土	グループ代表者会議
8	日	
9	月	
10	火	休館日
11	水	休館日
12	木	
13	金	子育てひろば「みるく」
14	土	みんなの交流ひろば
15	日	三入地区防犯教室
16	月	わがまちふるさと自慢
17	火	休館日
18	水	パソコンお助けルーム
19	木	生き生き大学(ループエクササイズ)
20	金	
21	土	
22	日	少子高齢化時代の人とのつながり方
23	月	休館日
24	火	休館日
25	水	
26	木	
27	金	
28	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