

発行:公益財団法人広島市文化財団 仁保公民館  
〒734-0024 広島市南区仁保新町一丁目8番6号  
電話(082)281-1831 FAX(082)281-1886

E-mail niho-k@cf.city.hiroshima.jp

平成31年(2019年)2月25日発行(隔月発行)

# 仁保



公民館から見た黄金山山頂

仁保公民館ホームページアドレス

<http://www.cf.city.hiroshima.jp/minamiku-k/niho-k/>



もうすぐ、春ですね

公民館で新しいこと、はじめてみませんか

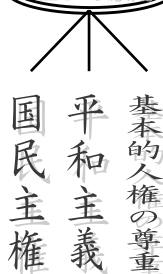
## 日本国憲法と私たち

～憲法記念日(5月3日)を前に、日本国憲法を知りましょう～

日本国憲法が施行されて73年になります。憲法が保障しようとしている〈いのち〉〈くらし〉〈自分らしさ〉。それらを支える土台となる平和。

この憲法の理念についての理解を深めたいと思います。

### 三つの原則



- ◆内 容：4月20日(土) 13:30～15:30
- ◆場 所：仁保公民館 2階大集会室
- ◆講 師：広島市立大学広島平和研究所 准教授 河上 暁弘さん
- ◆対 象：どなたでも
- ◆定 員：20人(先着順)
- ◆参加費：無料
- ◆申 込：4月19日(金)までに 仁保公民館へ

### 講師プロフィール

#### 河上暁弘(かわかみ あきひろ)

富山県富山市出身。  
中央大学法学部政治学科卒業、  
中央大学院法学研究科博士前期  
課程修了、専修大学大学院法学  
研究科博士後期課程修了。  
博士(法学)。専門は、憲法学。



著書『平和と市民自治の憲法理論』(敬文堂、2012)他。

## ゆっくりパソコンシリーズ(第1期)

この講座は、今からパソコンを始めたい方を対象に、パソコンの基本操作等をゆっくり学習するものです。パソコンの持ち込み可能(ただし、Windowsパソコンに限る。)。リース(有料)もあります。

- ◆時 間：いずれも月曜日 10:00～12:00
- ◆場 所：仁保公民館 2階会議室
- ◆受講料：7,416円(6回分)
- ◆教材費：864円
- ◆パソコンリース代：432円(1回) ※希望者のみ

日程	内 容	学 習 する 機 能 等
①4月8日 ②4月22日 ③5月13日	Word 基本 回覧板作成(4回)	ページ設定、入力、表(罫線)・イラスト(画像)挿入、 文章作成のポイントを学びます。
④5月27日 ⑤6月10日 ⑥6月24日	カレンダー作成(2回)	Wordの学習をふまえて立体カレンダーを作成します。

- ◆講 師：パソコンスクールHOPS インストラクター ◆定 員：15人(参加者7人以上で実施します。)
- ◆申 込：3月31日(日)までに仁保公民館へ

《お支払方法》初回に受講料と教材費をお支払いいただきます。(パソコンリース代は別途)

【高齢者いきいき活動ポイント対象事業】

## 仁保オレンジカフェ

認知症について知りたいことや話したいことはありませんか？  
お気軽にどうぞ！

- ◆日時：3月8日(金)・4月12日(金)  
13:00~15:00
- ◆場所：仁保公民館 2階大集会室
- ◆内容：【3月】認知症ミニ講座「目の健康と認知症」  
※ハワイアンバンドによる演奏あり  
【4月】認知症ミニ講座  
※仁保ひまわりの会による歌と体操
- ◆対象：おおむね65歳以上の方と、認知症に関心のある方  
ならどなたでも
- ◆参加費：100円(お茶代) ◆問合せ：仁保公民館へ
- ◆共催：仁保オレンジの会  
仁保・楠那地域包括支援センター(286-6112)

認知症になっても、安心して暮らせるまちづくりを  
めざして、活動しています。  
オレンジカフェは地域のみなさんでつくる「楽しい  
居場所」。ご参加をお待ちしています。

仁保オレンジの会一同



オレンジの会のみなさんによる  
オリジナル紙芝居上演

## 防災講演会

いつ起きるかわからない自然災害。「防災」について  
わかりやすく学び、日々の備えとしましょう。  
お気軽にご参加ください。

- ◆日時：3月2日(土) 13:30~15:30
- ◆場所：仁保公民館 2階大集会室
- ◆テーマ：「気象状況で防災を考えるⅡ」
- ◆講師：気象予報士・防災士  
波田 健一さん
- ◆対象：どなたでも ◆定員：50人
- ◆参加費：無料
- ◆主催：仁保・黄金山学区自主防災会連合会  
仁保公民館



## 黄金山高齢者学級

あなたの睡眠、大丈夫ですか？  
「睡眠負債」と私たちの身体の関係を知り、毎日元気に過  
ごすためのヒントを見つけてみませんか。

- ◆日時：3月9日(土) 10:00~12:00
- ◆場所：宮の脇集会所(南区西本浦町5-2)
- ◆内容：①知ってるようで知らない？睡眠のいろは  
睡眠健康指導士 岡本 昂さん  
②眠れないあなたに…おたすけアロマ講座  
アロマセラピーアドバイザー 瀬尾 智美さん  
※企業・団体等との連携講座
- ◆対象：おおむね60歳以上の方
- ◆定員：30人
- ◆参加費：無料
- ◆申込：3月8日(金)までに仁保公民館へ
- ◆共催：東霞シニアクラブ

## 仁保子ども囲碁教室

仁保公民館では、約25人の子どもたちが、世代を超えて楽しく囲碁を学んでいます。考える力、気持ちをコントロールする力、  
相手を思いやる力、囲碁を通して一緒に学んでみませんか。

- ◆日時：原則毎月第1・3土曜日 9:30~11:00  
5月18日~ 全19回(予定) ※8月はお休み
- ◆場所：仁保公民館 研修室1・2
- ◆指導者：仁保子ども囲碁スタッフ会の皆さん
- ◆対象：小学生
- ◆定員：10人(申込順)
- ◆参加費：無料
- ◆申込：4月24日(水)までに仁保公民館へ



※仁保公民館だより「ここに仁保」は、各町内会長様をはじめ、役員の方々の手で各家庭へ配布いただいております。

# 仁保にここにこ大学

「仁保にここにこ大学」を平成31年度も開講します。  
2か月に1度、公民館でいろいろなことを学んでみませんか？  
各回の内容につきましては、仁保公民館だよりでお知らせします。



- ◆日 時：原則偶数月の第1金曜日（4月は第3金曜日）13：30～15：30
- ◆場 所：仁保公民館 2階 大集会室
- ◆対 象：おおむね60歳以上の方
- ◆定 員：100人（先着順）
- ◆受講料：無料
- ◆申 込：4月5日（金）までに仁保公民館へ  
（申込み用紙は公民館にあります。）
- ◆主 催：仁保学区社会福祉協議会  
仁保学区老人クラブ連合会  
仁保公民館

## ◎第1回

- ◆日 時：4月19日（金）  
13：30～15：30
- ◆場 所：仁保公民館 2階 大集会室
- ◆内 容：今年度も元気にスタート！  
「春のヴァイオリンコンサート  
～音楽で心と体に元気を～」  
ヴァイオリニスト 中畝 みのりさん



※平成30年度の「仁保にここにこ大学」を受講された方で、  
継続受講希望の方も、改めて申込みが必要です。お手数をおかけしますがどうぞよろしくお願いいたします。

# パソコンお役立ち教室

パソコンの簡単な操作方法や疑問点にボランティアの方がお答えします。パソコンの持ち込みも可能です。

- ◆日 時：3月9日・23日、4月13日 9:30～11:30  
4月からは原則毎月第2土曜日となります。  
**※途中からでも参加可能です。**  
**公民館までお問合せください。**
- ◆場 所：仁保公民館 2階会議室
- ◆対 象：パソコン未経験者か初心者 ◆定 員：10人（先着順）
- ◆参加費：無料 ◆問 合：仁保公民館へ
- ◆その他：パソコン貸出は5台まで。  
事前に来館か電話でお申込みください。

# ふれ愛ロビーギャラリー展

## 【黄金山さくらの会写真展】

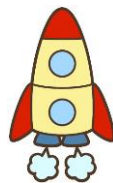
- ◆期 間：3月23日（土）～4月17日（水）

## 【ニュー旭ヶ丘写真クラブ写真展】

- ◆期 間：4月20日（土）～5月20日（月）

# 子育てサークル 平成31年度会員募集と体験会のお知らせ ぴょんぴょんクラブ

講師のアドバイスのもと、親子で楽しく体操しています。入園前に同年代のお友達ができますよ。



- ◆活動日：金曜日 10:00～11:00
- ◆体験・見学会：3月1日・8日
- ◆対 象：平成28年4月2日から平成29年4月1日生まれの未就園児と保護者
- ◆場 所：仁保公民館 2階 大集会室
- ◆会 費：1,800円/月
- ◆その他：上記の日程で体験会を行っています。

お問合せはぴょんぴょんクラブ代表者まで。  
代表者の連絡先は、仁保公民館までお問い合わせ下さい。  
※グループ活動の内容についての詳細は、体験会実施日に関わらず、お問合せいただけます。

## 広島市まちづくり活動支援基金

### 「成果発表会」と「公開審査会」のお知らせ

公益信託広島市まちづくり活動支援基金「Hm<sup>2</sup>（ふむふむ）」は、広島市のまちづくりにつながる市民の皆さんの自主的な活動を助成する基金です。この度、基金の助成を受けた昨年度の団体の活動報告と、今年度の応募団体の公開審査を行います。広島市の未来をつくる魅力あふれる成果発表や提案事業を応援してみませんか。皆様のご来場をお待ちしています。申込不要、無料。

- 日時・内容：2019年5月11日（土）  
午前10時～12時「成果発表会」  
午後1時～5時15分「公開審査会」
- 会 場：合人社ウェンディひと・まちプラザ  
（まちづくり市民交流プラザ）  
北棟4階ギャラリー（中区袋町6番36号）
- 問合せ先：（公財）広島市文化財団  
ひと・まちネットワーク部 管理課  
TEL 541-5335 FAX 541-5611



# 子育てオープンスペース

グループ名	内容	日時	場所	主催者（申込・問合せ等）
さくらんぼくらの「親子プレイルーム」	子育て支援ボランティア「さくらんぼくらの」により運営されています。親子で楽しい時間をすごしませんか。	3月20日、4月17日 （原則毎月第3水曜日） 9:30～11:30	仁保公民館 研修室2	さくらんぼくらの ※申込不要
黄金山子育てひろば「つぼみ」	こどもと遊びながら、親同士の交流もできる、そんな広場に遊びにきませんか。	①3月27日 ②4月24日 （原則毎月第4水曜日） 10:00～11:30	①黄金山会館 ②黄金山児童館	南区地域子育て支援センター (250-4134)
乳幼児健康相談室	南保健センターの保健師が、乳幼児の身体計測や育児相談を行っています。	3月13日、4月10日 （原則毎月第2水曜日） 9:30～11:00	仁保公民館 研修室2	南保健センター (250-4133) ※申込不要

## ★仁保公民館の開館時間、窓口受付時間について

開館時間 8:30～22:00

※火曜日・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）・

8月6日（平和記念日）は休館日です。

※平成31年（2019年）4月から5月にかけての  
公民館の休館日については、右のとおりとなります。

4月				5月							
27日	28日	29日	30日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
開	開	休	休	休	休	休	休	休	休	休	開
館	館	館	館	館	館	館	館	館	館	館	館
		(昭和の日)	(休日)	(天皇即位の日)	(休日)	(憲法記念日)	(みどりの日)	(こどもの日)	(振替休日)		

公民館使用承認申請、印刷サービス、図書利用の新規申込みなどの窓口業務は、以下の時間で受け付けております。

《月・水・土・日曜日》8:30～17:15 《木・金曜日》8:30～21:00

## ★仁保公民館の講座の申込みについて

直接仁保公民館へ来館いただくか、電話または、ファクスでお申し込み（お問い合わせ）ください。

TEL(082)281-1831

FAX(082)281-1886

## ★3月・4月の公民館休館日カレンダー

【3月】

【4月】

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

■ が休館日です。



【公共交通機関でお越しになる場合】

☆ルート1

広島電鉄4号線（具宁前発 八丁堀—広島駅経由）

仁保車庫または向洋新町行 東本浦バス停下車徒歩3分

☆ルート2

広島電鉄7号線（横川駅 または紙屋町発 市役所前—2号線経由）

仁保車庫または向洋新町行 東雲バス停下車徒歩3分