



仁保公民館だより

にこ にこ 仁保

9・10 月号

令和4年(2022年)

8月25日発行(隔月発行)

編集

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

●特に記載がない場合、会場は仁保公民館、参加無料です

大人の活
き活きラ
イフ応援

世界遺産の基礎を楽しく学ぶ

いき
いき

日本には、世界遺産がいくつあるのでしょうか？

公民館で旅気分を味わいながら、いつか行ってみたい世界の国々に
思いを寄せて、基礎知識と一緒に学びましょう。



日時：9月24日(土)10:00~12:00

講師：世界遺産アカデミー認定講師 西森正明さん

定員：30人(先着)

申込：9月1日(木)から仁保公民館へ



環境を
考える
講座

森へ行こう！ 太田川源流の森

いき
いき

軽い森林散策をしながら、
森のはたらきや豊かな森と
おいしい水のかかわりについて
現地で体験学習します。



日時：9月16日(金)8:45~16:00(予定)

※小雨決行、朝6時に警報等が出た場合は中止。

集合・解散場所：仁保公民館(集合8:45)

公民館集合→貸し切りバスで移動→太田川源流の森
(廿日市市吉利)で森林学習・昼食→公民館で解散

持ち物：昼食、飲み物、タオル、帽子、雨具

※長そで、長ズボン、運動靴の動きやすい服装で

定員：20人(先着)

申込：9月1日(木)~9月7日(水)に仁保公民館へ

子育て
応援
セミナー

わらべうたと絵本

子どもたちの心に
たっぷりと栄養を♡
絵本のお話や紹介、
読み聞かせ、わらべうたで、
おうち遊びのヒントも見つかります。
パパの参加也大歓迎です。



日時：9月17日(土)10:30~11:30

講師：こども図書館家庭読書アドバイザー
わらべうたの会<空色のたね>

岸紀美子さん

対象：乳幼児と保護者

定員：10組(先着)

申込：9月1日(木)から仁保公民館へ



仁保中学校吹奏楽部演奏会

日時：9月25日(日)

13:30~14:00(開場13:00)

場所：仁保公民館 大集会室

定員：20人(先着)

申込：9月1日(木)から仁保公民館へ

いき
いき

中学生からのメッセージ

こんにちは。仁保中学校吹奏楽部です！
「銀河鉄道999」や「名探偵コナンのテーマ」
などを演奏します。
皆さんに楽しく聴いてもらうために、一生懸命
頑張りますので、ぜひお越しください！

右のマークがついている講座は、高齢者いきいき活動ポイント事業の対象です。ポイント手帳をお持ちください。

いき
いき

国際理解
講座

ハロウィンの歴史と アメリカ文化を 知ろう



アメリカのテキサス州出身の
メーガンさんが、国の文化や
ハロウィンの歴史、楽しみ方などを
わかりやすく教えてください。
ミニゲームやハロウィンにちなんだ
簡単な工作で楽しく学びましょう。
ハロウィンの仮装をして公民館に来てね。



日時：10月29日(土) 10:00～12:00
講師：広島平和文化センター 国際交流派遣員
ライオンズ・メーガンさん
対象・定員：小学生 20人(先着)
申込：9月10日(土)～10月24日(月)に
仁保公民館へ

食の安全
と健康を
学ぶ

親子でつくる 広島牛 クッキング



日時：10月9日(日)
10:00～13:00
メニュー：牛肉巻きずし、ハロウィン風ミイラ
ステーキ、牛肉わかめ汁、かぼちゃアイス
講師：料理探検家 田中せつこさん
対象・定員：小学生と保護者 8組(先着)
持ち物：エプロン、バングナ、ふきん、手拭きタオル
申込：9月10日(土)～10月2日(日)に
仁保公民館へ
共催：広島県食肉事業協同組合連合会

親子で
考える
食

ごちそう みそ汁を 毎日食べよう♪



みそを丸めて、好きな具を入れた「みそ玉」で、
栄養たっぷりの簡単みそ汁を作ります。

日時：10月23日(日) 10:00～12:00
講師：醸(かも)しにすと(発酵食スペシャリスト)
佐倉陽子さん
対象・定員：小学生と保護者 8組(先着)
※未就学児も可
材料費：500円
持ち物：エプロン、バングナ、ふきん、手拭きタオル
申込：9月10日(土)～10月16日(日)に
仁保公民館へ

【お願い】

上記の3講座は、より多くの方が参加できるよう、
受付開始日の申込は、いずれか1つでお願いします。



衣替え前！ 洗たく お役立ち講座

いき
いき



お気に入りの服をいつまでも大切に。
最新の情報をもとに「ラクする洗たく術」や「意外
と知らない洗たく表示」など、生活に役立つ方法を
基礎から学びます。

日時：9月29日(木) 13:30～14:30
定員：20人(先着)
申込：9月28日(水)までに仁保公民館へ
共催：花王グループカスタマーマーケティング(株)

簡単きれい・好印象メイク

いき
いき

マスク生活でも、表情や気分を明るく。
年齢を重ねたその人だけの輝きを
引き出すため、簡単なスキンケア、
ポイントメイクなど、実技や質疑
応答をまじえてプロから学びます。



日時：10月5日(水) 13:30～15:00
対象・定員：50代以上の人 20人(先着)
申込：10月3日(月)までに仁保公民館へ
共催：花王グループカスタマーマーケティング(株)



色で あ・そ・ぼ

自分が好きな色、気になる色は？
色のクイズやゲームに挑戦して、
色がもつ不思議なパワーが分かるよ！

日時：10月22日(土) 10:00～11:00
対象・定員：小中学生 10人(先着)
持ち物：色鉛筆
申込：10月15日(土)までに仁保公民館へ
共催：資生堂ジャパン(株)西日本支社



ゆっくりパソコン講座

基礎からしっかりと
学べます。

日時：10月17日・10月31日・
11月7日・11月14日・
12月5日・12月19日の月曜日
10:00～12:00(全6回)

定員：8人(先着) ※4人未満中止
内容：インターネットの基本、冬の挨拶状作り
受講料：7,500円
テキスト代：880円
パソコン：持込できます(ウィンドウズに限る)。
リース希望者は1回 440円
申込：10月13日(木)までに仁保公民館へ
共催：(株)HOPS



いき
いき

防犯講習会

地域の犯罪の最新傾向、交通安全について、防犯紙芝居の上演など楽しく学びましょう。

日時：11月9日(水)13:30～14:30

講師：広島南警察署員、紙芝居に一ぼっほの皆さん

定員：30人(先着) 対象：どなたでも

申込：11月7日(月)までに仁保公民館へ

共催：広島南防犯連合会仁保支部、広島南防犯連合会黄金山支部、仁保・黄金山地区暴力追放連絡協議会



公民館活動グループ1 日体験講座

日時	グループ名	内 容	
9月12日(月) 13:30～15:30	手話サークル仁保	アットホームな雰囲気の中で楽しく手話を学びませんか？ 見学は常時できます。 ●持ち物：筆記用具 ●募集人数：3人	いきいき P
9月12日(月) 14:00～16:00	モハラ・ナー・プアナニ仁保	フラダンスは年齢関係なく楽しめます。初心者も歓迎。 一度体験してみませんか？ ●持ち物：飲み物 ●募集人数：2～3人	いきいき P
9月21日(水) 13:30～15:30	絵手紙同好会	季節を感じる題材を、一緒に楽しみながら描きましょう。 ●募集人数：5人	いきいき P
9月22日(木) 10:30～12:30	社協ひまわりの会	転倒・認知症予防として簡単な体操やゲーム、昔懐かしい歌を歌い、地域に貢献できるように活動中。楽しいグループです。 ●持ち物：飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装・靴 ●募集人数：3～5人	いきいき P
9月30日(金) 10:00～11:00	ぴよんぴよんクラブ(親子体操)	親子で楽しく体操したり、昔ながらの遊びをします。保護者同士のコミュニケーションの場にもなっています。 ●持ち物：動きやすい服装・靴 ●募集人数：おおむね2～3歳児と保護者 5組	
9月30日(金) 12:50～14:50	リフレッシュヨガサークル	ゆったりとした時間の流れの中で、心と体をリフレッシュ。 ●持ち物：ヨガマットかバスタオル、飲み物 ●募集人数：5人	いきいき P
10月1日(土) 19:00～20:00	THE ABC クラブ(英会話)	月2回(原則第1・3土曜日)活動しています。生の英語に1時間ふれてみませんか？	いきいき P
10月13日(木) 9:15～10:15	いきいき健康クラブ	スポーツクラブ講師の指導でストレッチ体操をします。 ●持ち物：飲み物、タオル ●募集人数：2～3人	いきいき P
10月14日(金) 13:30～15:30	オカリナ同好会(シャープ #)	皆で楽しくワイワイとやっているのので気軽にお越しください。 ●募集人数：2人	いきいき P

定期事業

仁保にこここ大学

おおむね60歳以上の人を対象に、一年を通じていろいろな学び講座です。
※今年度の新規募集は終了しました。たくさんのご応募ありがとうございました。

第4回のご案内

月日：10月7日(金)

時間：(前半グループ) 13:00～14:00

(後半グループ) 14:30～15:30

内容：生涯イキイキ生き方上手

ー出あい・ふれあい・支えあいー

講師：キャリアデザイン研究所代表・健康生きがいづくりアドバイザー 井手ロヤヨイさん

共催：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すか？ お気軽にどうぞ！

日時：9月9日(金)・10月14日(金)
13:00～14:30

対象：認知症に関心のある人

内容：9月 オカリナ演奏

ミニ講座「オレンジ支援チームって何？」

10月 フラダンス

ミニ講座「難聴と認知症」

参加費：無料(コーヒー等の飲み物はありません)

定員：各回先着50人 ※事前申込が必要です

申込：9月2日(金)から仁保公民館へ

共催：仁保オレンジの会

仁保・楠那地域包括支援センター

(電話 082-286-6112)

要申込



子育てオープンスペース

乳幼児と保護者が楽しく過ごしなが、子育ての悩みを聞いてもらったり、情報交換をしたりする交流ひろばです。

※ コロナの感染拡大の状況によって中止となる場合があります。

さくらんぼくらの親子プレイルーム

日時：原則毎月第3水曜日 9:30～11:30

9月21日(水)、10月19日(水)

場所：仁保公民館

定員：各11組

申込：仁保公民館へ

主催：ボランティアグループ「さくらんぼくらぶ」

黄金山子育てひろば「つぼみ」

日時：原則毎月第4水曜日 10:00～11:30

9月28日(水)、10月26日(水)

場所：黄金山児童館（北大河町35番2号）

申込：南区地域子育て支援センター（Tel250-4134）へ

乳幼児健康相談室

日時：原則毎月第2水曜日 9:30～11:00

9月14日(水)、10月12日(水)

場所：仁保公民館

持ち物：母子健康手帳、バスタオル

申込：南保健センター（Tel250-4133）へ

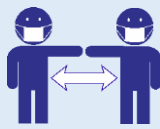
ふれ愛ロビーギャラリー展

期間	内容
9/14(水)～10/14(金)	「広島から発信する平和」 広島市立大学芸術学部の学生が作成した広島平和ポスターです。地域や世界に向けて平和を発信します。
10/17(月)～10/24(月)	ふれあいポスター展 「笑顔いっぱい安全・安心な街」 協力：仁保学区ふれあい活動推進協議会
10/8(土)～11/12(土)	「行政相談パネル展」 10/17(月)～10/23(日) は行政相談週間。身近な困りごとなどの事例を紹介しします。10/20(木)13:00～15:00 は行政相談委員が皆さんの相談に対応します（予約不要）。

公民館まつり(活動成果発表会)

規模縮小しコロナ対策を行ったうえで、3年ぶりに開催できるように、検討を進めています。くわしくは次号の公民館だよりでお知らせします。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクの着用、手指の消毒、人との距離の確保、換気にご協力をお願いします。



仁保公民館のご案内

電話 (082)281-1831

FAX (082)281-1886

〒734-0024

広島市南区仁保新町一丁目8番6号

Eメール niho-k@cf.city.hiroshima.jp

ホームページアドレス

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



ホームページ



ライン



Instagram

開館時間 8:30～22:00

受付時間 （部屋の使用申請、講座の申込、印刷サービス、図書利用新規受付）

月・水・土・日曜日 8:30～17:15

木・金曜日 8:30～21:00

休館日 火曜日・祝日（祝日が日曜日の場合は、日曜日は開館し振替休日のみ休館。

祝日が火曜日の場合は、火曜日とその直後の休日でない日が休館）、8/6、12/29～1/3
9月の休館日：6(火)・13(火)・19(月)・20(火)・23(金)・27(火)

10月の休館日：4(火)・10(月)・11(火)・18(火)・25(火)



【公共交通機関でお越しになる場合】

広島電鉄4号線（4-1、4-2、4-3）
（県庁前発 八丁堀一広島駅経由）
仁保車庫または向洋新町行
東本浦バス停下車徒歩3分

広島電鉄7号線（7-1、7-3）
（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

- 「にこにこ仁保」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。
- 講座等申込の際にお寄せいただいた個人情報 は、事業運営の目的以外には使用しません。
- 特に記載がない場合、会場は仁保公民館、参加無料です。