



仁保公民館だより

# ニコニコ仁保

5・6月号

令和5年(2023年)  
4月25日発行(隔月発行)

編集

公益財団法人広島市文化財団 仁保公民館

電話 (082) 281-1831

発行

〒734-0024 広島市南区仁保新町一丁目8番6号

FAX (082) 281-1886

大人の  
いきいき  
ライフ

## 沖繩の伝統文化 エイサーを観る

いき  
いき



エイサーは、無病息災や家内安全を祈って、歌とお囃子に合わせ練り歩く沖縄の伝統芸能です。迫力ある踊りや沖縄情緒あふれる生演奏をお楽しみください。

日時：5月28日(日) 14:00~15:00

出演：琉球創作エイサー 龍和のみなさん

対象：60才以上の人

定員：40人(先着)

申込：5月14日(日)から仁保公民館へ



あそびの  
ひろば

## いっしょにあそぼう 昔のあそび、伝承あそび

お手玉やミニボーリングなど、みんなで自由に遊べる空間です。申込なしでOK♪

日時：5月27日(土) 10:00~11:00  
6月24日(土) //

対象：小学生以下の親子(子どものみ可)



## こども囲碁教室

囲碁を通して、考える力、気持ちをコントロールする力、礼儀を身に付けていきませんか。

日時：原則毎月第1・3土曜日 9:30~11:00

初回は6月3日(土) ※日程変更しています

全18回 ※8月はおやすみ

指導者：<sup>ひしおか</sup> 脇岡勝昭さん

「仁保子ども囲碁教室」スタッフの皆さん

対象：小学生(保護者同伴の場合は未就学児も可)

定員：10人(先着) 残り6人

申込：仁保公民館へ

人権講座

いき  
いき

## くらしと人権と憲法と

憲法は国のもの？人権って具体的にはどんなこと？そんな疑問をみんなで考え、くらしや生き方に関わる憲法の役割や影響を学んでみませんか。



講師：広島市立大学広島平和研究所  
教授 河上 暁弘<sup>あきひろ</sup>さん

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。

日時：5月13日(土) 14:00~16:00

定員：20人(先着)

申込：仁保公民館へ



●特に記載がない場合、会場は仁保公民館、参加費無料です

●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

わたしたちの毎日の暮らしも、少し意識を変えるだけで、エコライフ(環境に配慮した暮らし方)が可能となります。楽しみながら一歩ずつ取り組んでいきましょう。いつもは捨ててしまう野菜の葉っぱや、冷蔵庫にある余り物を工夫して調理し、食材の無駄を減らしましょう。

日時：6月9日(金) 10:00~13:00

講師：管理栄養士 田中 節子さん

対象：どなたでも

持参物：エプロン、三角巾、手拭きタオル  
ふきん2枚

定員：12人(先着)

申込：5月14日(日)から仁保公民館へ

共催：広島市環境局環境政策課

## オレンジカフェ

コーヒー再開します♪ 事前申込不要です。

日時：5月12日(金)・6月9日(金)  
13:00~15:00

対象：認知症に関心のある人

内容：5月 リズムにのった体操  
ミニ講座「視力の低下と認知症」  
講師 みなもと眼科 院長 皆本 敦さん

6月 ハーモニカ演奏  
ミニ講座「私たちのまちの防災」  
講師 広島市消防局南消防署東本浦出張所  
所長 白土 耕司さんと消防隊の皆さん

参加費：100円(コーヒー代)

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)  
仁保公民館

## スマホ基本講座

貸出スマホを使って、いろいろ体験してみましょう。

日時：①5月26日(金)  
②6月21日(水)  
13:30~15:00

講師：ソフトバンク株式会社の皆さん

対象：概ね60歳以上でスマホをまだお持ちでない人、持っているけど操作に不慣れな人(※貸出スマホで操作体験をしますので、持込のスマホには対応できません)

定員：各16人(先着) ※10人未満中止

内容：①LINEとGoogleレンズの使い方  
※Googleレンズ…カメラを使った画像検索アプリ  
②LINEとPayPayの使い方  
※PayPay…キャッシュレス決済アプリ

申込：5月14日(日)から仁保公民館へ

共催：ソフトバンク株式会社



## 仁保にこここ大学

開催日：6月2日(金)

※原則偶数月の第1金曜日実施です。

内容：「平均年齢78.8歳の  
カ・レイ・コ・キ ダンディーズの  
ハワイアン演奏」

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  
仁保公民館

※今年度の申込は終了いたしました。お申込ありがとうございました。



## 公民館活動グループ1日体験講座

日時	グループ名	内容
5月10日(水) 14:00~15:00	サザン・ダンス・ スポーツ・サークル	社交ダンス、初心者でも大丈夫です。楽しく体を動かしましょう。 ●募集人数：4~5人 ●持参物：動きやすい服装・マスク
5月25日(木) 14:00~17:00	仁保囲碁同好会	毎週木曜日に活動しています。初心者も気軽にどうぞ。 ●募集人数：10人
5月26日(金) 10:00~11:00	ぴよんぴよんクラブ (親子体操)	親子で楽しく体を動かします。友達づくりもできるので、ぜひ1度体験にいらしてください。 ●持ち物：動きやすい服装・お茶 ●募集人数：おおむね2~3歳児と保護者 10組
6月3日(土) 13:00~16:00	しょうせいかい 翔清会絵画教室	皆さんが一度は経験したことのある水彩画を中心とした教室です。初心者、経験者の方もお気軽にどうぞ。 ●募集人数：5人 ●持参物：特になし(絵の具、紙などは用意しています)

一緒に！  
グループ  
紹介

新生活スタートの季節、公民館ではたくさんの自主グループが活動しています。生涯学習でイキイキと！あなたも仲間に入って「一緒に学ぶ楽しさ」を体験しませんか？見学もできます。気軽に公民館にお問い合わせください。

※グループ名の後ろの▼マークは、欠員待ちとなります。

内 容	グループ名	活動日	活動時間	会費(月額) 教材費別	備 考
乳幼児教育	ぴよんぴよんクラブ	毎週金曜	10:00~11:00	2,000	親子体操(2~3歳児)
	なかよしキッズ	第2・4木曜	16:00~18:00	2,200	幼児体操(3~6歳児)
郷土史	仁保郷土史会	第3土曜	9:30~10:30	0	郷土史の学習
パソコン	山桜パソコン同好会	毎週木曜	13:30~15:30	500	パソコン学習
	仁保シニアパソコンクラブ	毎週金曜	9:00~12:00	1,000	パソコン学習
	パソコンの友	第1・3土曜	10:00~12:00	2,000	パソコン学習
健康	いきいき健康クラブ ▼	第2・4木曜	9:15~10:15	500	健康体操
	社協・ひまわりの会	毎週木曜	10:30~12:30	200	健康体操
	社協・なでしこの会	毎週月曜	9:30~11:30	200	健康体操
	みんなで楽しく3B体操 in 仁保	第2・4木曜	15:00~16:00	1,000	3B体操(材料費初回1500円)
	リフレッシュヨガサークル	毎週金曜	12:50~14:50	3,300	ヨガ
	仁保にこにこウォーキングクラブ	毎週水曜	10:00~12:00	0	ウォーキング
料理	料理教室	第4木曜	9:15~13:15	1,500	料理実習(材料費込)
	仁保三步 男の料理会 ▼	第4水曜	9:00~13:00	800	料理実習(男性)(材料費込)
	パンとお菓子「こむぎ」	第2水曜	9:30~12:30	2,200	パン・お菓子作り(材料費800円)
手芸	手づくりバックの会	第4土曜	13:00~16:00	1,000	小物づくり(材料費1000円)
囲碁	仁保囲碁同好会	毎週木曜	14:00~17:00	2,000/年	囲碁
園芸	マイ・ガーデニング	第4月曜	10:00~12:00	1,000	ガーデニング(教材費2,000円/月)
語学	THE ABCクラブ	第1・3土曜	19:00~20:00	2,500	英会話
美術・ 工芸	翔清会絵画教室	第1・2・3土曜	13:00~16:00	3,600	油絵・水彩画(教材費込)
	土筆の会	第2・4木曜	9:30~11:30	3,500	実用書・ペン毛筆
	仁保陶芸サークル	毎週土曜	9:00~12:00	1,000	陶芸(材料費実費)
	仁保絵手紙同好会	第1・3水曜	13:30~15:30	2,500	絵手紙
音楽	仁保黄金琴奏会 ▼	第1・3月曜	9:00~12:00	2,000	大正琴
	オカリナ同好会#(シャープ)	第2・4金曜	13:30~15:30	500	オカリナ
	広島軽音楽倶楽部	第2・4土曜	12:30~15:30	600	軽音楽
	うたごえハーモニー	第1・3月曜	13:30~15:30	2,500	合唱
	仁保歌謡同好会	毎週木曜	18:00~20:00	1,000	カラオケ
	カラオケ愛好会	第1・3・4土曜	13:00~16:00	1,000	カラオケ
	カラオケ土曜倶楽部	毎週土曜	13:00~15:00	2,500	カラオケ
	がむしゃら	毎週土曜	17:30~20:30	2,000	ダンス(小学生~高校生)
ダンス	チェリーダンス同好会	第1・3月曜	19:00~21:00	2,000	社交ダンス
	仁保ソシアルダンス同好会	毎週日曜	13:00~16:00	2,000	社交ダンス
	サザン・ダンス・スポーツ・サークル	毎週水曜	14:00~16:00	1,000	社交ダンス
	モハラ・ナー・プアナニ仁保	第2・3・4月曜	14:00~16:00	2,500	フラダンス
	モハラ・ナー・プアナニ・レファ	第1・2・3木曜	13:00~15:00	3,000	フラダンス
	フラ・ヒワヒワ	第1・3木曜	18:30~20:30	3,600	フラダンス
		第4土曜	15:30~17:30		
文芸	れんこん句会	第2水曜	13:00~15:00	1,500	俳句
	香いの島短歌会	第1月曜	13:30~15:30	1,000	短歌
	古典を読む会	第4土曜	13:00~16:00	200	平家物語
華道	めぐみ会	第2・4水曜	14:00~16:00	2,200	生け花(小原流 教材費1,000円/回)
スポーツ・ レクリエー ション	仁保卓球同好会	毎週日曜	9:30~12:30	5,000/年	卓球
	やすらぎ太極拳同好会	毎週水曜	10:00~12:00	2,500	太極拳
	仁保剣友会	毎週水曜	19:30~21:30	3,000	居合道・杖道
	仁保ふれ愛けん玉サークル	第2土曜	13:30~17:30	0	けん玉
ボランティア	手話サークル仁保	毎週月曜	13:00~16:00	2,400/年	手話
	紙芝居に一ほっほ	第3金曜	14:00~17:00	2,000/年	紙芝居
	子育て支援ボランティア 「さくらんぼくらぶ」	第3水曜	9:00~11:30	0	子育て支援ボランティア
	First ribbon	不定期		0	社会福祉ボランティア (青年)

活動日、活動時間はグループの都合により変更となることがあります。



# 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らか、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。

## 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  
5月17日(水)、6月21日(水)

場所：仁保公民館  
※事前申込不要

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  
5月24日(水)、6月28日(水)

場所：黄金山児童館  
申込：南区地域子育て支援センター (Tel.250-4134) へ

## 乳幼児健康相談室

日時：原則毎月第2水曜日 9:30~11:00  
5月24日(水)、6月14日(水) ※5月は第4水曜日

場所：仁保公民館  
持参物：母子健康手帳、バスタオル  
申込：南保健センター (Tel.250-4133) へ

## ベビーサロン

日時：6月28日(水) 10:00~11:00  
内容：ふれあい遊びや身体計測  
場所：仁保公民館  
定員：0歳児と保護者 5組  
申込：仁保保育園 (Tel.281-1539) または  
仁保新町保育園 (Tel.282-4778) へ



## ふれ愛ロビーギャラリー展

期間	内容
~5月11日(木)	G7 広島サミット関連図書 展示
5月24日(水)~ 6月12日(月)	みんなで環境のことを考えよう！ ごみ削減とリサイクル パネル展

## 職員の異動のお知らせ

### ● 初めまして。よろしくお願いします

主幹 <sup>あなん</sup>阿南敏文 (南区地域こし推進課から)  
主事 池田佳恵 (新規採用)

### ● お世話になりました

主任 河野千恵 (ひと・まちネットワーク部管理課へ)  
主事 松本悠介 (草津公民館へ)

## 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、講座の申込み、印刷サービス、図書利用新規申込み)  
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

5月の休館日：2(火)~5(金)・9(火)・16(火)・23(火)・30(火)

6月の休館日：6(火)・13(火)・20(火)・27(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 180m

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 180m

- 「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。
- 講座等申込みの際にお寄せいただいた個人情報、事業運営の目的以外には使用しません。