



仁保公民館だより

にこにこ仁保

7・8月号

令和5年(2023年)

6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

仁保キッズ・サマー・スクール

このページの申し込みは **7月9日(日)** から仁保公民館 (082-281-1831) で受付開始!

和菓子作り体験 練りきりにチャレンジ!

白あんとつなぎを混ぜ合わせ、色をつけた「練りきり」で花の形のきれいな季節の和菓子を作りましょう。

日時: 8月20日(日)
10:00~12:00

講師: 和菓子職人 山本 竜二さん

対象: 小学生(先着12人)
(1~3年生までは保護者同伴)

持参物: エプロン・ハンダナ・ふきん・
食品保存容器・保冷剤

材料費: 650円



わくわく 夏休み料理教室

広島でとれた食べものを使って、おいしく、栄養バランスのとれたお昼ご飯を作ります。

日時: 8月21日(月)
10:00~13:00

講師: 県立広島大学
地域創生学部地域創生
学科 健康科学コース
教授 森脇 弘子さんと
学生のみなさん

対象: 小学校4~6年生
(先着16人)

持参物: ハンドタオル・エプロン・ハンダナ・筆記用具・
お茶・ふきん

材料費: 500円



民族楽器 カリンバをつくろう!

木材を使って、アフリカの民族楽器、カリンバを作ってみよう!

日時: 8月27日(日)
9:30~12:00

講師: クラフト研究家
辻邊 泰喜さん

対象: 小学生(先着20人)
持参物: (あれば) プラスドライバー

材料費: 500円



心がやすらぐ工作 「海のほとりの小さなうち」作り

色々な貝殻やドライフラワーを使って、住んでみたくなるようなミニチュアのおうちを作ります。

日時: 8月25日(金)
10:00~12:00

講師: サイエンスインストラクター
山縣 圭子さん

対象: 小学生(先着20人)

材料費: 100円



子どもも大人も楽しめる ボードゲーム交流会

シンプルで面白く、まだみんなが知らないようなボードゲームで、高校生ボランティアと一緒に遊んでみよう。

日時: 7月23日(日)
10:00~12:00

講師: 仁保公民館活動グループ
First ribbonのみなさん

対象: 小中学生と保護者
(先着16人)



フラダンスを 教えてもらおう

ハワイの陽気な曲に合わせて、楽しく身体を動かします。みんなが知ってる曲もあるよ!

日時: 8月26日(土)
15:30~17:30

講師: 仁保公民館活動グループ
フラ・ヒワヒワの皆さん

対象: 小学生(先着10人)
持参物: タオル、飲み物



大人の
いきいき
ライフ

今だから話したい聴きたい ひとりひとりの平和の思いを

かずこへいわがた 和子の平和語り

いき
いき

世界で紛争が続き、街が壊され、一般市民や子どもたちが犠牲になっています。

そんな今、改めて、平和の大切さを共感しあい、一人一人の力は小さくても、それぞれに何ができるか一緒に考えましょう。平和への思いや体験を、詩の朗読など交え、語ります。

日時：7月23日(日)10:00~11:30
語り：言の葉工房“和”主宰 滝 和子さん
定員：20人(先着)
申込：仁保公民館へ



ゆったり
子育て
応援タイム

Zoomでママトーク 子どもと一緒に楽しめる あそび・あそび場

「どんな遊びをしているの?」「他のママに聞いてみたいこと」「オススメの遊び場情報」など、気軽におしゃべりしましょう♪

日時：7月7日(金)13:30~15:00
進行：子育て☆サポーター 金子留里さん、山内美緒さん
対象：0~3歳の乳幼児とその保護者(先着12組)
申込：仁保公民館へEメールで
宛先：niho-k@cf.city.hiroshima.jp



詳細はこちらから!

<今後の予定>

●8月7日(月)10:00~11:30
子どもの命を守るために
~乳幼児におこりやすい事故と病気~
担当館：温品公民館
nukushina-k@cf.city.hiroshima.jp



南区公民館 平和の虹プロジェクト “親子 de ピーススクール” in マツダミュージアム ~広島復興と東洋工業再建の道のり~

原爆投下後の広島の復興に、地元企業マツダ(旧東洋工業)がどのように関わっていたのか、当時のお話を聞き、平和の大切さを学びます。その後、マツダミュージアムを見学し、戦後の復興を経て未来を切り開く広島の企業の力強さ、SDGsにつながる環境への取り組みなどを学びます。

日時：8月4日(金)9:30~12:00
集合：マツダ本社ビル2号館1階ロビー
(向洋駅から約350m)
対象：小学生と保護者(先着60人)
申込：7月6日(木)9:00から電話か来館で
青崎公民館へ(082-281-3802)

企業・団体
等との連携
講座

ゆっくりパソコン くり返し丁寧に学ぶ

いき
いき

日時：7月10日・24日・31日・
8月7日・21日・9月4日(全6回)
※すべて月曜日10:00~12:00
内容：インターネットの基本、ホームページ検索、
デジカメやスマホ画像の転送
定員：12人(先着) ※4人未満は中止
参加費：8,380円(6回受講料とテキスト代)
その他：パソコン持込可(ウィンドウズのみ)。
希望者には1回440円で貸出可。
申込：仁保公民館へ
共催：株式会社HOPS



親子で
チャレンジ

おしょうゆを作ってみよう

自分だけのしょうゆを仕込んで、育ててみましょう♪

日時：7月30日(日)10:00~11:30
対象：小学生以下の子どもと保護者12組
講師：醸しにすと(発酵食スペシャリスト・腸育アドバイザー) 佐倉陽子さん
持ち物：エプロン、マスク、ハンダナ、ふきん、
手拭きタオル、飲み物、
500mlペットボトル2本
(炭酸用などの硬いもの)
材料費：1組500円
申込：仁保公民館へ



あそびの
ひろば

やってみよう お手玉・おはじき

昔遊びや色々なゲームで手や体を動かしてみよう♪

日時：7月22日(土)、8月26日(土)

10:00~11:00 (申込不要)

講師：ひまわりの会の皆さん

対象：小学生以下の子ども



こどもアニメーションシアター

日時：8月2日(水) 10:00~11:30

内容：「クイズ形式で学べる 名探偵コナン
防犯ガイド」「太陽をなくした日」「トム
とジェリー」

対象：どなたでも(幼児は保護者同伴)

定員：30人(先着)

活動グループ体験講座

公民館のグループ活動に興味のある方は、ぜひこの機会に体験して
みてください。申込は仁保公民館へ。(※参加費は無料です)

日時	グループ名	内容
7月13日(木) 10:30~12:30	社協 ひまわりの会	転倒・認知症予防で体操後、昔の歌、演歌にゲームと、若きも老いも一緒に楽しみ笑いのあるグループです。 ●持参物：飲み物、タオル ●募集人数：5人
7月13日(木) 16:15~17:15	なかよしキッズ (幼児体操)	マット運動やボール・縄跳びなど、7種目を週替わりで、遊びも織り交ぜて運動しています。 ●持参物：飲み物、動きやすい服装、タオル ●募集人数：3~6歳児 10人(※10分前までにお越しください)
7月14日(金) 10:00~11:00	ぴよんぴよんクラブ	楽しく親子体操をしています。1度体験に来てみませんか。 ●持参物：飲み物、動きやすい服装 ●募集人数：2~3歳児 5人
7月21日(金) 12:50~14:50	リフレッシュ ヨガサークル	自分のペースで他の人と比べることなく、自分の心と向き合い、心身をリフレッシュ。 ●持参物：大きめのバスタオル、飲み物 ●募集人数：5人
7月22日(土) 15:30~17:30	フラ・ヒワヒワ	ハワイの曲に合わせてアロハな気分です踊ります。無理なく体を動かして楽しみましょう。 ●持参物：タオル、飲み物 ●募集人数：5人
7月22日(土) 19:00~20:00	THE ABC クラブ	先生は日本事情に精通したユーモアあふれる英国人男性。高校生・大学生も歓迎。 ●持参物：なし ●募集人数：若干名
8月23日(水) 10:00~12:00	仁保にこにこ ウォーキングクラブ	いつまでも自分の足で歩けるように！ ロコモ予防で健康寿命をのばそう。※体力測定会を行う予定。 ●持参物：運動のできる服装、タオル、飲み物 ●募集人数：5人

定期
事業

仁保にこにこ大学

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ぶ講座です。

第2回のご案内

月日：8月4日(金)

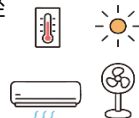
※原則偶数月の第1金曜日実施です。

時間：(前半グループ) 13:00~14:00

(後半グループ) 14:30~15:30

※どちらのグループかは、年度初めに参加者にハガキでお知らせしています。

内容：保健師による夏バテ予防講座



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、お気軽にどうぞ！

日時：7月14日(金) 13:00~15:00

※8月は休み

対象：認知症に関心のある人(申込不要)

内容：ミニ講座「認知症を予防する生活習慣病」
フラダンス

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)



●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



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
7月19日(水) ※8月は休み
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
7月26日(水)、8月23日(水)
場所：黄金山会館(南区北大河町31-6)
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
7月12日(水) ※8月は休み
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

ふれ愛ロビーギャラリー展

期間	内容
7月6日(木) ~24日(月)	土砂災害啓発のためのパネル展
8月2日(水) ~27日(日)	夏休み やってみよう 読んでみよう 児童書展

外壁改修・屋上防水工事について(予告)

仁保公民館では、令和5年9月中旬以降、外壁改修及び屋上防水の工事が行われる予定です。詳細については内容が確定次第、随時お知らせします。

- 諸室、トイレ、ロビー、図書室及び印刷サービスの利用はできませんが、工事に伴う窓の閉鎖、振動や騒音が生じる場合があります。
- 駐輪場、駐車場は、工事車両や資材置場等に必要なため「思いやり駐車場(1台)」を除き、使用できません。大変ご迷惑をおかけしますが、公民館ご利用の際の安全確保のため、ご理解とご協力をお願いします。

大雨や台風接近時の対応について

大雨や台風の接近などにより参加者の安全が確保されないと判断した場合に、主催事業を中止する場合があります。

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 LINE(ライン) インスタグラム

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

7月の休館日：4(火)・11(火)・17(祝)
・18(火)・25(火)

8月の休館日：1(火)・6(日)・8(火)
・11(祝)・15(火)・22(火)
・29(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。