



仁保公民館だより

にこにこ仁保

9・10月号

令和5年(2023年)

8月25日発行(隔月発行)

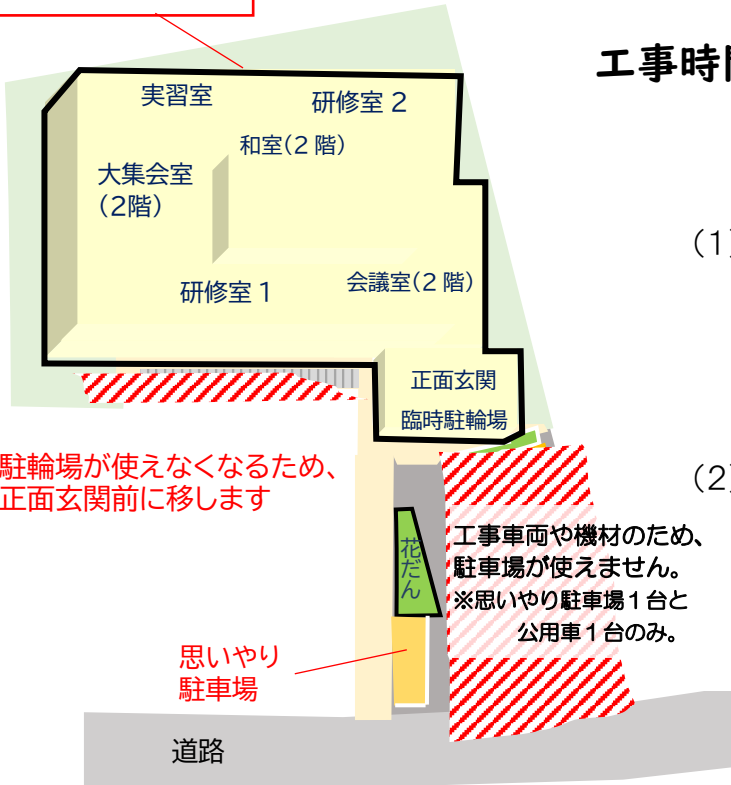
編集
発行

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

外壁改修・屋上防水工事が始まります

公民館の周りに
足場が設置されます



駐輪場が使用できなくなるため、
正面玄関前に移します

工事期間 令和5年9月5日(火)予定
~2月末頃
工事時間 午前8時30分~午後5時

(原則、日曜日は休みですが、進捗状況によって日曜日でも作業する場合があります。)

(1) 駐車場・駐輪場の利用が制限されます。

工事車両や機材置き場のため、駐車場が使用できません。(思いやり駐車場1台と公用車1台のみ)

駐輪場は、正面玄関前に臨時駐輪場を設けます。車以外での来館や、近隣の有料駐車場のご利用をお願いします。

(2) 部屋の利用はできませんが、騒音等が生じる可能性があります。

工事中は、足場が設置されるため、窓の開閉ができません。また和室は天井補修のため約2か月の間、使用できなくなります。2階ロビーと大集会室も部分改修のため数日間利用できません。

■ 工事の進行状況・変更については、館内に掲示するほか、ホームページでお知らせします。工事中は、近隣の方や公民館をご利用の方にはご不便、ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。



生鮮三品“ひろしまそだち”親子クッキング教室



広島産の野菜、肉、魚を使って、栄養たっぷりのランチを作ります。

申込：9月17日(日)~10月21日(土)に
仁保公民館へ

共催：広島生鮮三品連絡協議会

日時：10月28日(土) 10:00~13:00

講師：料理探検家 田中節子さん

内容：ハロウィンを感じさせるスペシャルメニュー

対象・定員：小・中学生と保護者12組(先着)

持ち物：エプロン、マスク、三角巾、ふきん、手拭きタオル



●特に記載がない場合、会場は仁保公民館、参加費無料です。

大人の
いきいき
ライフ

懐かしのレコードを聴く



今、昭和レトロブームの中で、レコードが注目を集めています。昭和の懐かしい曲を中心に、味わい深い音を一緒に聴いて、曲にまつわる思い出をおしゃべりしませんか。

日時：9月6日(水)
14:00~15:00

対象：どなたでも
定員：20人
申込：仁保公民館へ



大人の
いきいき
ライフ

学ぼう！

ラジオ体操の基本



短い時間で効果的に全身を動かせる、おなじみのラジオ体操。実はとっても奥が深いのです！

暑さの中、体力維持して心豊かに過ごすために、実際に少し体を動かして、ポイントを学びましょう。

日時：9月30日(土) 10:00~11:30
講師：ラジオ体操公認指導士 森野千恵さん、
竹島恭子さん、太尾田詩織さん

対象：どなたでも
定員：30人(先着)
持ち物：タオル、飲み物
動きやすい服と運動靴
申込：仁保公民館へ



プログラ
ミング
体験

はじめてのプログラミング



プログラミングソフト「スクラッチ」を使って、パソコンでオリジナルゲーム作りに挑戦！
どんなゲームができるかな？失敗もOK！
自分で考える力、表現する楽しさを体験します。

日時：10月7日(土) 9:00~11:30
講師：ソリットコンサルティング 吉岡大介さん
持ち物：筆記具、飲み物(パソコンは貸出します)
対象：小学生
定員：18人(先着)
申込：9月17日(日)~10月4日(水)に
仁保公民館へ

あそびの
ひろば

やってみよう 昔あそび



おはじき、お手玉、けん玉、ボール遊びなど、自由に遊べます。やさしく教えてもらえます♪

日時：9月24日(日)、10月22日(日)
10:00~11:00

講師：仁保ひまわりの会の皆さん
対象：小学生以下の子ども
(保護者同伴可)



ゆったり
子育て
応援タイム

初めてママの子育てプログラム

「赤ちゃんといっしょ」



子育ては、ドキドキワクワクの連続。
お誕生日が近い赤ちゃんのママたちで
気軽におしゃべりしてみましよう♪

日時：①10月6日(金) ②10月13日(金)
③10月20日(金) ④10月27日(金)
13:30~15:00(全4回)

進行：赤ちゃんといっしょ♡サポーター
金子留里さん、山内美緒さん

対象：初めて子育てするママと、おおむね1~5カ月の
赤ちゃん。全4回参加できる人。

定員：6組(先着)

会場：自宅など

準備物：web会議システムZoomが使えるパソコン、
スマホ、タブレットなど

申込：①保護者氏名 ②お子さんの名前と性別と生年月日
③居住地(市町村) ④電話番号 ⑤Zoomの経験の有無
⑥参加に使う端末(パソコン・スマホ・タブレット)を記入して
Eメール oko-k@cf.city.hiroshima.jp へ
(件名を「赤ちゃんといっしょ参加申し込み」として
ください) ※3日以内に大河公民館からの返信
がない場合は、お電話ください。

問合せ：大河公民館 電話 082-254-6731

大人も子どもも楽しめる ボードゲーム交流会

トランプやUNOみたいに、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遊んで
みよう。気軽に遊びにきてみてね。

日時：9月17日(日) 10:00~12:00

講師：高校生ボランティアグループ
First ribbon のみなさん

対象：どなたでも
定員：16人(先着)
申込：仁保公民館へ



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

基本からしっかり学べます。分からないことも気軽に質問できます。

日時：10月2日・16日・30日・
11月6日・13日・27日（全6回）
すべて月曜日 10:00～12:00

内容：Wordを使ったカレンダー作り、年賀状作り

定員：12人(先着) ※4人未満は中止

参加費：8,380円(6回分受講料とテキスト代)

その他：パソコン持込可(ウインドウズのみ)。

希望者には1回440円で貸出可。

申込：9月29日(金)までに仁保公民館へ

共催：株式会社 HOPS

企業団体等との

連携
講座

はじめてのスマホ

いき
いき

スマホって難しい?どんなふうに便利なの? スマホの基本操作の不安を解消するため、楽しみながら体験します。

日時：10月4日(水)

- ① 13:00～14:00
「電話のかけ方・カメラの使い方」
- ② 15:00～16:00
「アプリのインストール」

10月11日(水)

- ③ 13:00～14:00
「メールの使い方」
- ④ 15:00～16:00
「安心してスマホを使うポイント」



講師：ドコモショップスタッフの皆さん

対象：スマホ操作に不慣れな人

定員：①～④ 各10人(先着)

持ち物：スマホ(貸出あり先着3台)、筆記用具

申込：9月13日(水)から仁保公民館へ

共催：MX モバイルリング株式会社

仁保にこここ大学

いき
いき

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。

※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3回のご案内

月日：10月6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：「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」



オレンジカフェ

いき
いき

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! (事前申込不要)

日時：9月8日(金)、10月13日(金)
13:00～15:00

対象：認知症に関心のある人

内容：9月 ミニ講座「認知症と低栄養」
オカリナの演奏

10月 ミニ講座「お口の健康が元気の源!」
大正琴の演奏

参加費：100円

共催：仁保オレンジの会

仁保・楠那地域包括支援センター

(☎ 082-286-6112)

仁保公民館

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
11月6日(月) 13:00～16:00	香いの島 短歌会	短歌の勉強会です。和やかにやっています。気軽にのぞいてみて下さい。お待ちしております。 ●持参物：筆記用具 ●募集人数：5人程度

いき
いき

●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
9月20日(水)、10月18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
9月27日(水)、10月25日(水)
場所：黄金山児童館（南区北大河町31-6）※事前申込不要
問合せ：南区地域子育て支援センター（TEL250-4134）へ

健康相談室

日時：原則毎月第2水曜日 9:30~11:00
9月13日(水)、10月11日(水)
場所：仁保公民館
持参物：母子健康手帳、バスタオル ※事前申込不要
問合せ：南保健センター（TEL250-4133）へ

ZOOMでママトーク

日時：9月30日(土) 10:00~11:30
内容：ほっとひといき！体と心を整えるお灸とツボのお話
対象：0~3歳の乳幼児とその保護者
定員：10組(先着) 参加費：無料
準備物：web会議システムZoomが使えるパソコン、スマホ、タブレットなど
申込：8月28日(月)より利松公民館でメールにて受付開始
①保護者氏名 ②お子さんの名前と性別と生年月日 ③居住地(市町村)
④電話番号 ⑤Zoom経験の有無 ⑥参加に使う端末(パソコン・スマホ・タブレット)を記入して
Eメール toshimatu-k@cf.city.hiroshima.jp へ
(件名を「zoomでママトーク9/30申込」としてください)
※3日以内に利松公民館からの返信がない場合は、お電話ください。
問合せ：利松公民館 電話 082-928-8687



ふれあいロビーギャラリー展

期間	内容
9月4日(月)~30日(土)	「広島市立大学 平和ポスター展」
9月13日(水)~17日(日)	「明るい選挙啓発ポスター展」
10月12日(木)~30日(月)	「行政相談パネル展」 10月16日(月)10:00~12:00は、行政相談委員が皆さんの相談に対応します(予約不要)
10月16日(月)~23日(月)	「ふれあいポスター展」 協力：仁保中学校区ふれあい活動推進協議会

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
9月の休館日：5(火)・12(火)・18(祝)・19(火)・23(祝)・26(火)
10月の休館日：3(火)・9(祝)・10(火)・17(火)・24(火)・31(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 約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 約180m

- 「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。
- 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。