



仁保公民館だより

にこにこ仁保

令和7年(2025年)

7・8月号

令和7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



ちりめんモンスターを探せ



ちりめんじゃこに混ざっている小さな生き物「ちりめんモンスター」を探し、海にいる生き物たちの生態について学んでみよう！

日時：7月31日(木) 13:30～15:00

講師：シン・マリホ水族館 宇井 賢二郎さん

対象・定員：小学4年生～6年生 15人(先着)

※保護者見学可

材料費：300円

持ち物：拡大鏡(あれば)

夏休み親子料理教室



みんなで協力しながら広島の郷土料理を作って楽しく食べよう！

日時：8月1日(金) 10:00～13:00

講師：管理栄養士 田中 節子さん

対象・定員：小学生とその保護者 8組(先着)

材料費：1人500円

持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、手拭きタオル

申込：7月28日(月)までに仁保公民館へ

共催：南区地域支えあい課

紫外線について学ぼう！



紫外線ビーズを使ったミサンガづくり

日頃よく耳にする「紫外線」。紫外線について学び、紫外線で色が変わるビーズでミサンガを作ってみよう！

日時：8月7日(木) 13:00～14:00

講師：資生堂ジャパン(株) 岩田 敦子さん

対象・定員：小学生 15人(先着)

共催：資生堂ジャパン(株)

親子でピザ作り



生地から作って焼くので、いつも以上のおいしさ！作り方を覚えたら、お家でも作ってみよう！

日時：8月3日(日) 9:30～12:30

講師：料理研究家 谷川 恵さん

対象・定員：小学生とその保護者 8組(先着)

材料費：1組500円(1組3人まで)

持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、手拭きタオル

申込：7月27日(日)までに仁保公民館へ

空育(そらいく) オンライン

折り紙ヒコーキ教室



折り紙ヒコーキ協会の技術指導を受け、認定の指導資格を持った講師が飛行機の仕組みを取り入れた折り方と空のお仕事について教えてください。

親子や友達どうしてワイワイ相談しながら作ってみよう！

日時：7月30日(水) 13:00～14:00

講師：日本航空(株) 加藤 圭寿さん(オンライン)

対象・定員：小学生 30人(先着) ※保護者参加可

親子ワークショップ

手提げ型のかわいい小物入れを作ろう！保護者の方は見守りをお願いします。

※見本が公民館にあります。

日時：8月23日(土)

13:30～15:00

講師：手作りバックの会のみなさん

対象・定員：小学3年生以上の児童とその保護者 10組(先着)

材料費：1組500円

共催：公民館グループ 手作りバックの会



●このページ内の講座申込は7月6日(日)から仁保公民館(082-281-1831)で受付開始！

●特に記載がない場合、会場は仁保公民館、参加費は無料です。当日は、飲み物の持参をお願いします。

●兄弟姉妹は、同時に受付します。(友人は各家庭でお申込み下さい)

こどもアニメーションシアター



日時：8月2日(土) 10:00~11:30

定員：20人(先着)

申込：仁保公民館へ

●おこりじそう (28分) 【公民館被爆80周年事業】

戦後、広島に“おこりじそう”と呼ばれるおじさんがたっていました。なぜ、おじさんの顔からほほえみがなくなったのでしょうか？

●新 ジャングル大帝 「誕生」(24分) 「約束」(24分)

人間に育てられた白いライオンの子・レオの成長する姿を通して、自然と人間の関わりを描いたアニメ。

企業との
連携講座

おとないきいきセミナー ～化粧 いきいき美容教室～

いき
いき

いつまでも元気でキレイでありたいあなたに
オススメする美容教室です。

日時：7月24日(木) 13:30~15:00

講師：資生堂ジャパン(株) 岩田 敦子さん

対象：60才以上

定員：12人(先着)

申込：7月16日(水)までに仁保公民館へ

共催：資生堂ジャパン(株)



健康ウォーキングでロコモ予防！

初心者も大歓迎！

室内でウォーキング体験してみませんか。

いき
いき

日時：8月27日(水) 10:00~11:30

講師：健康運動指導士 並河 希実子さん

持ち物：動きやすい服装、靴、飲み物、タオル

申込：仁保公民館へ

共催：南区地域支えあい課

仁保にここウォーキングクラブ



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！

日時：7月11日(金) 13:00~15:00

(12:30~受付開始 13:00~開店

15:00~終わりの歌)

内容：朝ごはん健康大作戦！

(南保健センター管理栄養士さんのお話)

ハワイアンバンド

「カ・レイ・コ・キ ダンディーズ」の演奏

対象：認知症に関心のある人

参加費：100円 ※事前申込不要

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)

※8月21日(木)納涼会(予定) 詳しくは7月の
カフェでお知らせします。

市工生とワクワク工作体験

市立工業高校のお兄さんお姉さんと、レー
ザー加工された木材キットやカンナを使っ
ていろいろなモノを作ってみよう！

日時：8月7日(木) 9:30~12:00

※時間内出入り自由

対象：年少~中学生 ※低学年までは保護者同伴

申込：不要 ※順番待ちとなる場合あり

材料がなくなり次第終了

共催：広島市立広島工業高等学校



ボードゲーム交流会

いき
いき

トランプやUNOみたいに、シンプルで面白い、
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：7月13日(日)、8月10日(日)

10:00~12:00

講師：学生ボランティアグループ

ファースト リボン
First ribbonのみなさん

定員：16人(先着)

申込：仁保公民館へ



企業との
連携講座

ゆっくりパソコン

いき
いき

日時：7月7日・14日・8月4日・18日

9月1日・29日(全6回)

すべて月曜日 10:00~12:00

内容：Excelの基本操作、Excelの機能を活用した
家計簿の作成等

定員：12人(先着) ※4人未満の場合は中止

参加費：8,435円(受講料とテキスト代)

その他：パソコン持込可(Windows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

40~60代
向け
夜間講座

Cafe Terrace at Night in Niho

知っておきたい 介護のキホン

いき
いき

今後、親やパートナーはどんな暮らしや生き方
を望むのでしょうか？

あらかじめ介護に必要な情報や知識をもって大
切な人と話し合ってみませんか。

日時：①7月24日(木) ②8月7日(木)

※両日共 19:00~20:30

対象：主に40~60才代の方

定員：15人 ※親子での参加も大歓迎

内容：①「知っておこう包括センター&介護保険の
こと」

②「これからの医療・介護と人生会議(ACP)」
※ACPとは自分が受けた治療やケアにつ
いて元気なうちから家族や医療・介護の関係
者と話し合っておくことです。

申込：前日までに仁保公民館へ

共催：仁保・楠那地域包括支援センター

おかあさんの被爆ピアノ



被爆二世の調律師・矢川光則さんの実話をもとに制作された映画を鑑賞します。

日時：8月9日(土) 10:00~12:10

※上映時間 113 分

定員：50 人(先着)

申込：7月9日(水)9時から仁保公民館へ

共催：映画「おかあさんの被爆ピアノ」製作委員会

協力：ひろしま被爆ピアノ友の会



原爆・戦争手記募集

仁保地区の原爆・戦争体験の手記などを募集

仁保郷土史会では、原爆・戦争体験の継承のため、これらの体験の手記などを募集します。

①原爆・戦争体験の手記、メモなど

新たに書いたもの・故人の残したものなど。様式は問いません。執筆者名と内容は公開する予定です。

②戦争遺跡の情報

防空壕や軍施設の跡など、仁保地区(仁保中学校区)周辺に残る戦争遺跡がありましたら教えて下さい。

申込・問合せ：7月2日(水)~8月31日(日)に、

仁保郷土史会へメール

(nihokyououdoshikai@gmail.com)

または仁保公民館(8:30~17:00)へ。

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。

日時	グループ名	内 容
7月16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)	社交ダンスを通じて楽しく仲間づくりを！ ●持ち物：動きやすい服装 ●募集人数：5人
7月19日(土) 13:00~16:00	翔清会絵画教室	教室では、道具も画材も簡単な水彩画を中心に学習しています。 描くことのおもしろさを体験してみませんか。 ●持ち物：絵の具、筆、スケッチブック(お持ちでない方はご連絡ください) ●募集人数：5人
7月24日(木) 15:00~16:00	みんなで楽しく 3B体操 in 仁保	3B体操は、3つの用具を使って音楽に合わせて行う楽しい健康体操です。 ●持ち物：運動できる服装、運動シューズ ●募集人数：2人
7月26日(土) 13:30~15:30	古典を読む会 (平家物語)	平家物語は語り文学です。皆で声を出して読み、古典のリズムを楽しんでいます。どなたでも大歓迎です。 ●募集人数：2~3人
8月16日(土) 13:30~15:30	フラ ラー ホイ・ホイ、ブラザーズ Hula・la hoihoi brothers (フラダンス)	練習を開始して4年目。美容と健康、体幹を鍛えて楽しく踊っています。みなさん一緒にやりませんか。 ●持ち物：動きやすい服装 ●募集人数：2~3人
9月6日(土) 10:00~12:00	パソコンの友	パソコンの起動から終了まで、やさしく学べます。 何回もくり返し学びましょう ●持ち物：パソコン ●募集人数：2~3人

●特に記載がない場合、会場は仁保公民館、参加費は無料、対象はどなたでも参加できます。

●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。



森富 茂雄 鉛筆画巡回展

~ギャラリートーク~

被爆前の町並みを描いた貴重な作品の数々を鑑賞しながら、その表現の特徴や作品に関する思い出話等のお話をお聞きします。

日時：8月2日(土) 10:00~11:00

場所：大河公民館(北大河町 15-12)

案内人：ヒロシマ・フィールドワーク実行委員会

代表 中川 幹朗さん

広島大学平和センター

センター長 ファン デル ドゥース 瑠璃さん

定員：30 人(先着)

申込：7月9日(水)9時から

大河公民館(082)254-6731 へ

共催：広島大学平和センター

(日本学術振興会助成事業 21KK0032)

ヒロシマ・フィールドワーク実行委員会

ふれ愛ロビーギャラリー展

期間	内容
7月3日(木) ~7月17日(木)	ニュー旭ヶ丘写真クラブ 作品展
8月4日(月) ~8月13日(水)	選挙啓発ポスター巡回展

仁保にこここ大学

8月はお休みです。次回は10月3日(金)



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、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16日(水) ※8月はお休み
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2金曜日 10:00～11:30
7月11日(金) ※8月はお休み
場所：黄金山会館（南区北大河町31番6号）※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

プレイルーム「ほうそぎ」

日時：原則隔月第3木曜日 10:00～11:30
7月17日(木)
場所：柞木会館（南区仁保3丁目2番8号）※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
7月9日(水)、8月20日(水)
場所：仁保公民館
持ち物：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

ゆったい子育て応援タイム

200Mでママトーク

同世代の子どものママ同士、気になることや知りたいことをおしゃべりしませんか？

日時：7月25日(金) 13:30～15:00
対象・定員：0～1歳児とその保護者 10組(先着)
テーマ：ミニ講座「離乳食のすすめ方」とママトークタイム
申込：7月2日(水)から【申込用2次元コード】で受付開始



【申込用2次元コード】

にほ絵本のひろば

絵本タイムを楽しみませんか？

絵本の読み聞かせを通して、お子さんとの時間を楽しみましょう。新しい絵本と出会えるかもしれません。

日時：9月10日(水) 12:00～13:00
講師：こども図書館家庭読書アドバイザー 谷村 篤子さん
対象：乳幼児（0・1・2歳）とその保護者
定員：10組(先着)
持ち物：いつものおでかけセット、飲み物、お気に入りのおもちゃ
申込：仁保公民館へ



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 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 8:30～17:00

木・金曜日 8:30～20:45

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：1(火)・8(火)・15(火)

・21(月・祝)・22(火)

・29(火)

8月の休館日：5(火)・6(水)・11(月・祝)

・12(火)・19(火)・26(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 八丁堀ー広島駅経由)

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 市役所前ー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

- 「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。