



仁保公民館だより

にこにこ仁保

令和7年(2025年)

9・10月号

令和7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

国際理解
講座

香りでめぐるアジア ～スパイスから知る文化の多様性～

いき
いき

カレーに中華料理などアジアの料理にはスパイスが欠かせません。そのスパイスには暮らしや宗教、歴史、気候など文化がぎゅっと詰まっています。アジア文化の魅力を五感で味わってみませんか。
※11月以降もシリーズで開催予定です。

第2回

中国文化と中華料理のスパイスを知る

日時：10月26日(日) 10:00～13:00

講師：栄養士 山口 ジンヤさん (中国出身)

参加費：1,000円

第1回

インド文化とインド料理のスパイスを知る

日時：9月28日(日) 10:00～13:00

講師：インドチャイ倶楽部ひろしま代表
ジョーセフ・ジェームスさん

参加費：1,500円



ウコン



クミン



クローブ



カルダモン



とうがらし



かへりく



定員：各回16人(先着順)

持参物：エプロン、ふきん2枚、三角巾

申込：各回開催日1週間前までに仁保公民館へ

大人
いきいき
ライフ

ジャズに耳をすませて ～レコードで味わう名演のひととき～

いき
いき

時を超えて愛され続けるジャズの名曲を、懐かしのレコードでじっくり味わいませんか。
ジャズって難しそう？ そんな方もぜひご参加ください。音楽に浸る心地よさを体験しましょう。

日時：9月27日(土) 10:00～12:00

定員：30人

申込：仁保公民館へ

曲目

第1部

ナットキングコール「スターダスト」
ビルエヴァンス「ワルツフォーデビー」
デイヴブルーバック「テイクファイブ」他

第2部

スタンゲッツ「イパネマの娘」
ジェリーマリガン「カーニバルの朝」
MJQ「朝日のように爽やかに」他

講師：ジャズレコード収集愛好家
橋本 良裕さん

高校2年の時、以前ラジオから流れたジャズ音楽を再びラジオで聞く。すぐに曲目を書き留めてレコード屋へ駆け込んだ。これがジャズに魅了されたきっかけ。大学ではジャズ研究会に入部。現在、定期的に草津公民館でレコードコンサートを開催している。



●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。

いき
いき

地域団体
研修会

落語&トーク



～人生楽しく生きるためのヒント～

言葉の力を磨くために落語を始めた紫陽花さん。自身の体験をまじえ、年齢を重ねて、よりしなやかに、のびやかに、毎日を過ごすヒントをお伝えします。皆さんと一緒に考えて、笑って、みんなで元気になりましょう。



プロフィール

「ひろしま女性大学」修了後、だれもが自分らしく生きる「いきいきライフ」を提案するグループ「タイニィ エッグズ」を結成。分かりやすく和やかな雰囲気づくりのため話術を磨く目的で落語を始め、これまでに400回以上の講演を実施。「元気で明るく」がモットー。

日時：10月31日(金) 13:30～15:00

講師：アマチュア落語家 なないろていあしさい 七色亭紫陽花さん

定員：40人(先着)

申込：仁保公民館へ

共催：仁保旭ヶ丘親交会 研修部・女性部



さんすうって面白い！ ～ゲームで学ぶたのしい時間～

算数が苦手なお子さん大丈夫！ ゲームやパズルで遊びながら自然と「かず」や「かたち」の考え方が身につきます。小学校1～3年生が楽しめる内容です。

算数が苦手な嫌いなお子さん、学年問わず大歓迎です！

日時：10月25日(土) 10:00～12:00

講師：数学教育協議会広島サークル

「広島さんすうサークル」

対象：小学生（主に1～3年）とその保護者

定員：15組

参加費：1組 500円(資料・教材代)

申込：仁保公民館へ

共催：数学教育協議会広島サークル

「広島さんすうサークル」



環境を
考える
講座

森へ行こう！ 太田川源流の森



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22日(月) 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：仁保公民館(集合 8:45)

行程：公民館集合 → 貸し切りバスで移動 → 太田川源流の森(廿日市市吉和)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6日(土)～9月14日(日)に仁保公民館へ

には絵本のひろば 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

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14日(日)、10月12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



ハローA I

エーアイ

いきいき

～生成 AI に触れてみよう～

ニュースでも取り上げられることが多く、実際に介護・医療の分野や日常生活にも取り入れられてきている AI 技術について、実際に触れて遊んでみます。AI アプリを使用して食事の献立や旅行の相談をしたり、写真画像の加工をしたり楽しく活用してみよう。

日時：10月19日(日)10:00～11:30

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

対象：主に 60 才以上の人

定員：6 人(先着)

申込：仁保公民館へ



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：①9月12日(金)、②10月10日(金)
両日共 13:00～15:00

対象：認知症に関心のある人

内容：①耳のお話

(にほ耳鼻科・内科心臓血管クリニック
岡田 明子さん)
フラ・ヒワヒワさんのフラダンス



②内科のお話

(にほ耳鼻科・内科心臓血管クリニック
岡田 健志さん)

地域の方のオカリナ演奏



参加費：各回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
(電話 082-286-6112)



はじめてのスマホ 基本講座

いきいき

地図とカメラを活用してみよう

スマホにさわるのがこわい方、大歓迎！ スマホの楽しさ・便利さを体験してみましょう。

機器は用意しますので、スマホをお持ちでない方もお気軽にご参加ください。

日時：10月8日(水) 13:30～15:00

講師：スマホアドバイザー

対象：スマートフォンをまだお持ちでない方
持っていても操作に不慣れな方

定員：20 人(先着順)

申込：仁保公民館へ

共催：ソフトバンク株式会社



活動
グループ
体験講座

古典を読む会 (平家物語)

いきいき

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。毎月第4土曜日に活動しています。どなたでも大歓迎です。

日時：10月25日(土)
13:30～15:30

講師：公民館学習グループ

古典を読む会のみなさん

定員：2～3 人(先着)

申込：仁保公民館へ



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。

第3回のご案内

日時：10月3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：「健康づくりのお話」



●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。





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
9月17日(水)、10月15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2金曜日 10:00～11:30
9月12日(金)、10月10日(金)
場所：黄金山児童館(南区北大河町35-2) ※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
9月18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
9月10日(水)、10月8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

ゆったり子育て応援タイム ^{スーパ}200Mでママトーク

事故の多くは、お家の中で起きている
そうです。注意するポイントを知り、
万が一に備えましょう

日時：9月26日(金) 13:30～15:00

対象：0～1歳児とその保護者

定員：10組(先着)

内容：ミニ講座「こどもと安全に暮らす・遊ぶための準備安全」
ママトークタイム

申込：9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】

ふれ愛ロビーギャラリー展

期間	内容
9月1日(月) ～9月28日(日)	仁保小学校4年生ポスター 作品展 家族に、人に、食べ物に、学校などへの感謝をテーマに、 仁保小学校4年生児童が描いた約100の作品を期間中に、 前半後半で入れ替えて展示します。
10月2日(木) ～10月16日(木)	MOA美術館 児童作品展 こども達が、興味や関心を持ったことを絵画や書写によっ て表現することで感性や情操を養い、豊かな心を育てるこ とを目的に全国の児童を対象に行われている作品展。そのなか の広島市内の児童作品を展示します。

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 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
9月の休館日：2(火)・9(火)・15(祝)

・16(火)・23(火)・24(振替)
・30(火)

10月の休館日：7(火)・13(祝)・14(火)

・21(火)・28(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

- 「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。