



仁保公民館だより

令和8年(2026年)

にこにこ仁保

5・6月号

令和8年4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**

憲法9条の戦後史



日本国憲法は、前文で平和的生存権の保障、第9条で戦争放棄・戦力不保持・交戦権の否認を規定しています。日本の軍事化へブレーキをかけ、戦後日本の安全保障政策を規定し続けてきた憲法の枠組みと、それに基づく政府の安全保障政策を大まかに捉えて、それが近年いかなる変化を見せているかについてお話しします。



講師：広島市立大学広島平和研究所
かわかみ あきひろ
教授 河上 暁弘さん

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：6月14日(日) 14:00~16:00
定員：15人(先着)
申込：仁保公民館へ

まちの
達人に
学ぶ

箔絵体験



箔を施した商品や作品は身近にありながらも、その工程を学ぶ機会は少ないかもしれません。

今回は、専用の渋紙で型彫りしたものを台紙にのせ、上から専用の糊をおき、半分乾いたところで箔をつけていく方法で、平和への想いをこめた「折り鶴」の絵を作成します。

日時：第1回 6月20日(土)
第2回 6月21日(日)
※各回 14:00~16:00

定員：各回8人(先着)

参加費：800円(材料代・当日集めます)

講師：箔絵作家 上野 敬子さん、藤本 典子さん

申込：5月10日(日)から仁保公民館へ



← 見本は1F事務室窓口に置いてあります。ぜひご覧ください♪

趣味教養
講座

アンディ

Andy先生と

楽しく学ぶ英会話



簡単な質問をお互いに交わしながら学ぶ、初心者向けの英会話入門講座第2弾です。

コミュニケーションを大切に、楽しく「話す」第一歩を踏み出しましょう。

日時：5月23日、6月13日・27日の土曜日
17:30~18:30(全3回)

講師：仁保公民館活動グループ

THE ABCクラブ 講師 Andyさん

対象：中学生から高齢者までの英会話初心者

定員：10人(先着)

※7人未満の場合は中止

参加費：3,000円

※3回分・初日に集めます

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。



活動
グループ
体験講座

なかよしキッズ (幼児体操)

遊びを通じておこさんの基礎的な運動力向上を目指します。柔軟性、バランス力、瞬発力を高めてケガ予防にも！

日時：6月25日(木)16:15～17:10

定員：3～6歳児・10人(先着)

※体験時は保護者同伴

持ち物：飲み物、動きやすい服装

申込：仁保公民館へ



活動
グループ
体験講座

がむしゃら (ダンス)



フリースタイルのダンスチームの体験会です。ダンスが大好きなメンバーと一緒に楽しんでみませんか。

日時：5月16日(土)17:30～19:30

定員：年長から高校3年生・10人(先着)

※体験時は保護者同伴

持ち物：室内シューズ、飲み物、タオル、動きやすい服装

申込：仁保公民館へ

「学習ルームにほ」(こどもの学習見守り活動)

ボランティア募集



ボランティアのみなさんの運営により夏休みのこどもの学習場所を開設予定です。こども好きな方、出来る範囲で一緒に活動してみませんか。

活動日時：7月23日～8月21日の

(予定) 毎週木・金曜日の16:00～18:30

※ただし、8/6、8/13、8/14除く

活動内容：上記の中で都合のよい日時に見守りを
お願いします。他の時間帯でも活動
できる方はお申し出ください。

内容：こどもの自習の見守り

※小学生は17時まで、中高生は

18時30分までの利用可とする予定
です。

申込：仁保公民館へ



オレンジカフェ



認知症について知りたい人や話したい人、相談
したい人もお気軽にどうぞ！

日時：5月8日(金)、6月12日(金)

13:00～15:00

対象：認知症に関心のある人

内容：5月 久保先生のストレッチ体操 &
オカリナ同好会#の演奏

6月 みなもと眼科 皆本先生のお話 &
仁保黄金琴奏会の大正琴演奏

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)

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：5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の皆さん

定員：16人(先着)

申込：仁保公民館へ



仁保にこここ大学



おおむね60歳以上の人を対象に、一年を通じて
いろいろ学ぶ講座です(申込受付は終了しています)

第2回のご案内

日時：6月5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

※年度初めにお知らせしたハガキで

どちらのグループかご確認ください。

内容：「熱中症予防と食事について」

南保健センターの保健師さんと栄養士さんに
お話いただきます。



仁保こども囲碁教室



令和8年度生、まだまだ募集中！

日時：原則毎月第1・3土曜日 9:30～11:00

初回は5月16日(土) 全18回 ※8月は休み

対象：小学生(保護者同伴の場合は未就学児も可)

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。



グループ紹介

公民館のグループは、地域の皆さんが集まり自主運営しています。興味のある方は、ぜひ体験してみてください。お問い合わせは仁保公民館へ。

内 容	グループ名	活動日	活動時間	会費(月額)	備 考
乳幼児教育	ぴよんぴよんクラブ	毎週金曜 (月3回)	10:00~11:00	円 2,000	親子体操(1歳半~ 未就園児と保護者)
	なかよしキッズ	第2・4木曜	16:15~17:15	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
	パソコンとあみものの友	第1・3土曜	10:00~12:00	2,000	パソコン学習
産業技術	広島ドローン同好会	不定期		実費	ドローン技術の学習
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
	東本浦長寿会(体操)	毎週月曜	13:00~14:00	0	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1,500円)
	リフレッシュヨガサークル▼	毎週金曜	12:50~14:50	3,000	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	仁保ピラ	第2・4月曜	19:15~21:15	3,000	ピラティス
	料理教室	第4木曜	9:15~13:15	2,000	料理実習(材料費込)
	仁保三歩 男の料理会	第4水曜	9:00~12:00	800	料理実習(男性)(材料費込)
園芸	パンとお菓子「こむぎ」	第2水曜	9:00~12:00	2,200	パン・お菓子作り(材料費800円)
語学	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)
THE ABCクラブ	第2・4土曜	19:00~20:00	2,000	英会話	
女性の地位向上	南区母親連絡会	不定期		実費	子ども・教育・暮らし ジェンダー平等などの学習
美術・工芸	翔清会絵画教室	第1・2・3土曜	13:00~16:00	3,100	油絵・水彩画(教材費込)
	土筆の会	第2・4木曜	9:30~11:30	3,000	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
	仁保なかよしバンド	第2・4水曜	12:30~15:30	500	軽音楽
	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
映画	市民活動で映画製作をする会	不定期		実費	映画製作
ダンス	がむしゃら	毎週土曜	17:30~19:30	2,500	ダンス(年長~大学生)
	仁保ソシアルダンス同好会	毎週日曜	13:30~15:30	1,000	社交ダンス
	サザン・ダンス・スポーツ・サークル	毎週水曜	14:00~15:00	1,000	社交ダンス
	ゆず	第2・4月曜	15:00~17:00	700	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	毎週木曜	13:00~15:00	3,000	フラダンス
	フラ・ヒワヒワ	第4土曜	15:30~17:30	1,100	フラダンス
	Hula・la・hoihoi・brothers (フララーホイホイブラザーズ)	第1・3土曜	13:30~15:30	2,200	フラダンス
文芸	れんこん句会	第2水曜	13:00~15:00	1,500	俳句
	香(におい)の島短歌会	第1月曜	13:00~16:00	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	14:00~17:00	2,200	生け花(小原流 教材費1,000円/回)
茶道	仁保茶道クラブ	毎週水曜	9:00~13:00	1,500	茶道(教材費1,500円/月)
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	1,200/年	手話
	紙芝居にーほっほ	第3金曜	14:00~17:00	1,000/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	9:00~12:00	0	子育て支援ボランティア

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。

※グループ名の後ろの▼マークは、欠員待ちとなります。

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20日(水)、6月17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
5月8日(金)、6月12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(Tel.250-4134)へ

ほうそぎ地区オープンプレイルーム

日時：原則隔月第3木曜日 10:00~11:30
5月21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(Tel.250-4134)へ

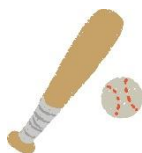
健康相談室

日時：原則毎月第2水曜日 9:30~11:00
5月13日(水)、6月10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(Tel.250-4133)へ

ふれ愛ロビー展

■5月2日(土)~5月24日(日)

頑張れ！カープ展



黄金山小学校区にお住まいの兼井 政美さんのカープコレクションを展示します。長年にわたって集められたサインボール、サイン色紙、昔の雑誌等、カープへの熱い思いがあふれる品々をお楽しみください。

■6月1日(月)~6月27日(土)

箔絵 作品展

「箔絵体験」指導者の上野さんと藤本さんの作品を展示します。素晴らしい作品の数々をじっくりご覧ください。

職員の異動のお知らせ



●お世話になりました

館長 浅木 美知子
主事 池田 佳恵
公民館専門員 吉田 将人

●初めまして。よろしくお願いします

館長 岡田 聡
主事 升屋 洋美
公民館専門員 吾郷 良子

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) NIHOKOMINKAN

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 8:30~17:00

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
5月の休館日：4(月)~7(木)・12(火)
・19(火)・26(火)
6月の休館日：2(火)・9(火)・16(火)
・23(火)・30(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。