

### いきいき ぶらっとカフェみささ { 申込不要 }

認知症でお悩みの方やそのご家族の方(当人は、地域包括支援センターより紹介された方)を対象に開催します。

- 日時: 10月1日(水) 13:00~16:00
- 場所: 三篠公民館
- 参加費: 100円
- 共催: 三篠地区民生委員児童委員協議会  
三篠地区社会福祉協議会

### いきいき 大芝ニンニンcafé { 申込不要 }

「認知症のこと」「これからのこと」いっしょにお話ししましょう!

- 日時: 毎月2・4木曜日 10:00~13:00
- 場所: 新庄之宮神社 社務所(西区大宮一丁目1-9)
- 参加費: 200円(お茶・お菓子代)
- 問合せ: 中広地域包括支援センターへ  
(Tel082-509-0288)

### 保健師さんの健康相談 { 申込不要 }

育児に関する相談や乳幼児の身体測定を行います。

- <大芝集会所(西区大芝一丁目13-21)>  
9月8日(月) 9:30~10:45
- <三篠公民館>  
9月18日(木) 9:30~10:45
- 持参物: 母子健康手帳とバスタオル
- 問合せ: 西保健センターへ(Tel082-294-6384)

### ★図書コーナーからのお知らせ★

公民館では広島市立図書館で借りた本が返却できます。(巡回予定日の前日までにご返却ください)

図書館巡回予定日 9月6日(土)・20日(土)

※なお、三篠公民館で借りた本は、必ず三篠公民館へ返却してください。市立・県立図書館や各区図書館、他の公民館などへの返却はできません。ご協力をお願いします。

### みささ日本語交流ひろば「にじいろ」 (Misasa Culture Exchange Space「Niji-iro」)

がいこくじんのみなさん、にほんごのべんきょう、おしゃべり、ゲームをいっしょにしましょう。

- 日時: 9月7日と21日の日曜日  
ごぜん10時から12じ
- 主催: みささ日本語交流ひろば  
「にじいろ」ボランティアグループ



### 子育てオープンスペース情報 { いずれも 申込不要 }

天候等により中止となる場合があります。事前にお問合せのうえ、ご参加ください。

#### みんなの広場

10:30~11:30  
子どもの足・靴の相談会があります。

- 日時: 9月1日、10月6日、20日  
いずれも月曜日 10:00~11:30
- 対象: 0歳~未就学児とその保護者
- 場所・問合せ: 三篠公民館

#### ぴよぴよ広場

- 日時: 9月9日、23日  
火曜日 10:00~11:30
- 対象: 0歳~未就園児とその保護者
- 場所: 竜王集会所(西区竜王町7-4)
- 問合せ: 西区地域子育て支援センター  
Tel082-503-6288

#### 天使のつどい

- 日時: 9月8日(月) 10:30~12:00
- 対象: 0歳~未就学児とその保護者
- 場所: 大芝集会所1階ホール  
(西区大芝一丁目13-21)
- 問合せ: 天使のつどい(代表: 松田)  
Tel090-2008-6977

#### ほっこり広場

- 日時: 毎週火・木曜日 10:00~12:00
- 対象: 0~2歳までのお子さんとその保護者
- 場所: エルモ大芝事務所  
(西区大宮一丁目4-8フェリーチェMT1階)
- 問合せ: 大芝地区社会福祉協議会(エルモ大芝)  
Tel082-554-1870

### “リーフズ”のおはなし会 { 申込不要 }

\*\*乳幼児&保護者対象\*\*

- 日時: 9月3日(水) 11:00~11:30
- 場所: 三篠公民館

#### ★ボランティア募集します★

子どもと絵本の好きな方、いっしょに楽しませんか。おはなし会見学にお越しください。

### 三篠の藍復活・活用プロジェクト(三篠藍染会)

- 日時: 9月19日(金) 13:00~15:00
- 場所: 三篠公民館
- 問合せ: 三篠公民館

三篠公民館のホームページにアクセスできます。



# みささ 9月



#### 【9月の休館日】

- 2日(火)・9日(火)
- 15日(月・祝)・16日(火)
- 23日(火)・24日(水・振替休館)
- 30日(火)



三篠公民館 LINE  
公式アカウント



三篠公民館 Instagram  
公式アカウント

### 公民館主催事業等について

- 受付時間: 8:30~17:15(講座申し込み、問合せ、部屋の予約・申請、印刷機の利用はこの時間内をお願いします。木・金曜日は21:00まで可能です。)
- 申込: 特に明記がなければ受付時間内に電話または来館にて受け付けます。また抽選等の記載のない場合は、申込順とします。
- 駐車場: 台数に限りがあります。公共交通機関をご利用ください。

### いきいき ときめき青春学級 三篠シニア大学 命を守る水~見直そう!水分補給~

9月1日~  
受付開始

水分不足が原因で起こる熱中症を予防するために、水分補給のコツや食事からの水分補給の重要性を学びます。

- 日時: 9月11日(木) 13:30~15:00
- 講師: 株式会社明治 栄養士 米田 麻衣さん
- 対象: 概ね65歳以上の方
- 定員: 50人(申込順)
- 持参物: 上履き、羽織るもの(冷房対策)
- 申込・問合せ: 三篠公民館
- 共催: 株式会社明治、三篠地区社会福祉協議会シニアクラブ、三篠公民館



当日はチョコレート  
の健康効果のお話と  
ヨーグルトの試食も  
行います。

### いきいき 企業・団体等との連携講座 生活習慣病予防教室

9月1日~  
受付開始

- 日時: 9月19日(金) 14:00~15:30
- 内容: ①頸動脈超音波検査と血圧脈波検査について  
②くすりとの上手な付き合い方  
③年齢に伴う体の変化
- 対象: どなたでも ●定員: 30人(申込順)
- 申込・問合せ: 三篠公民館 ●場所: 三篠公民館
- 共催: 医療法人厚生堂長崎病院
- 備考: 受講中はマスクの着用をお願いします。



講義後簡単な  
ストレッチを  
行います。

申込は各講座の受付開始日の8:30から電話または来館にて受け付けます。

いきいき このマークは、高齢者いきいき活動ポイント対象事業です。