RAKURAKUEN・MISUMI WAKUWAKU NEWS！！ ２０２５年（令和７年）

楽々園・美隅 公民館 わくわく情報

No.276 4月号

発行 （公財）広島市文化財団 楽々園公民館・美隅公民館

* 定員のある講座の申込みについては先着順となります。
* 参加費のある講座について、申込み期間後の参加費の返還は準備の都合上できません。ご了承ください。また、参加費の記載がない講座は無料でご参加いただけます。
* 講座の申込みの際にお寄せいただいた情報は、個人情報として慎重に取扱い、事業の目的以外には使用いたしません。

4月の休館日	1日(火)・8日(火) 15日(火)・22日(火) 29日(火・祝)・30(水・振休)
開館時間	8：30～22：00 窓口受付時間 8：30～17：15 ※木・金曜日は21：00まで

いきいき 高齢者いきいき活動ポイント事業について
左のマークが表示されている講座は高齢者いきいき活動ポイントの対象です。ポイント手帳をお持ちいただくと押印いたします。

親子でシフォンケーキを作ろう

何か新しいことにチャレンジしたくなる春。親子で楽しく、おいしいシフォンケーキをつくってみませんか？
当日は、講師が食べるためのシフォンケーキを準備してくれますので、作ったシフォンケーキ１ホールは、お土産としてお持ち帰りとなります。

日　時：４月20日(日)　10：00～12：00
場　所：楽々園公民館
講　師：NPO法人ヘルスケアプロジェクト
　　井手本　絵津子さん
対　象：小学生とその保護者（パパさん大歓迎）
定　員：８組
参加費：800円
持参物：エプロン、マスク、ふきん、三角巾、飲み物
　　持ち帰り用の袋は講師が用意してくれます。
申込み：楽々園公民館へ。受付後、４月14日（月）までに
　　参加費をお持ちください。

いきいき

認知症予防セルフケア講座

睡眠の質を高めて認知症予防！

睡眠の質と認知症予防の関係・睡眠の質向上のポイントをお伝えします。後半は睡眠の質を高めるセルフケアの実技を学びます！

日　時　４月26日(土) 10：00～11：30
場　所　美隅公民館
講　師　睡眠健康指導士・導眠整体師
　　永見　保浩さん
対　象　どなたでも　　定　員　15人
持参物　ハンドタオル
　　※動きやすい服装でお越しください。
申込み　美隅公民館へ

母の日 present！ レジンキーホルダーに挑戦!!

5月11日(日)
10：00～12：00

世界に一つだけのオリジナルのレジンキーホルダーを作って、手紙と一緒にプレゼントしよう♪

場　所　美隅公民館
講　師　母親サークル（楽々園母親クラブ）のみなさん
対　象　小学生　　定　員　16人
持参物　汚れてもよい服装、飲み物
参加費　500円
申込み　美隅公民館へ。受付後、５月４日(日)までに参加費をお持ちください。

●公民館だよりは各町内会のご協力により配布させていただいています。

イベント案内やサークル活動など、地域の情報を募集中です！

地域情報 BOX

子ども食堂が地域食堂になりました

いきいき

子どもと大人の らくらくえん学区

レインボー地域食堂

４月より、カミナリゴロゴロこども食堂が、場所を美隅公民館に変更し「らくらくえん学区・レインボー地域食堂」として新たに生まれ変わりました。子どもたちと地域の高齢者の方々に親しんでいただける、三世代交流の地域食堂です。

■日　時　４月19日(土)　10：00～13：00
　　（毎月第３土曜日）
■場　所　美隅公民館
■参加費　子ども100円　大人200円
■申込み　大人は不要
　　子どもは保護者からの申し込みが必要
■主　催　楽々園学区社会福祉協議会
■共　催　五日市西地区民生委員児童委員
　　楽々園学区青少年健全育成連絡協議会
■申込・問合せ　大原（090-5694-2312）

楽々園学区まちづくり推進協議会（エルモ）事務所開設！

2024年12月、楽々園学区まちづくり推進協議会は、事務所をイオンタウン楽々園の１階に開設することができました。この事務所に、楽々園学区に居住する全住民が、各地域の課題を考えていただける拠点となるように、会議をするスペースや、コピー機も設置しています。

４月にはホームページやインスタグラムも完成します。事務員さんもいますので、ぜひお立ち寄りご活用ください。

また、楽々園学区で開催されたイベントに参加し、いきいき活動ポイント手帳を忘れた時には、エルモ事務所でも印鑑を押すことができます。

■開所日　毎週火・木・土曜日　■時　間　10時～16時
■問合せ　082-208-3413

※エルモとは

広島型地域運営組織の事であり、「ひろしまLMO」（エルモ）といいます。地域の関係者が、楽しさややりがいを感じながら、市民主体のまちづくりを進めることができるよう組織されたものです。

いきいき 楽々園町内会連合会からのお知らせ 早朝ラジオ体操を開催します

■期　間　令和７年４月～10月の毎週土曜日
■時　間　午前６時30分～６時40分
■場　所　楽々園ヤマダデンキ駐車場
■主　催　楽々園町内会連合会

楽々園学区の地域活動に参加しませんか？

地域食堂

活動名	日時・会場	内容【参加費】	申込等
レインボー地域食堂	※詳細は上記の記事をご覧ください		

いきいきサロン

サロン名	日時・会場	内容【参加費】	申込等
楽々園サロン	第２木曜日 13：30～15：00 楽々園公民館	お話と歌 【無料】	[申込不要]
潮さい	第４月曜日 13：30～15：30 楽々園公民館	生伴奏に合わせた歌謡曲やフォークソングの歌唱 【100円】	[申込不要] ※持参物：歌本・マスク・飲み物
ほっとサロン 美の里	第３金曜日 11：30～14：30 美の里第一公園 ※雨天時は美隅公民館(12:30～)	お花見 【300円】	[要申込] ※4月9日(水)までにお申し込みください。
美の里一丁目 いきいきサロン オアシス	第３木曜日 12：00～15：00 美の里第三公園(予定) ※雨天時は隅の浜・美の里会館	お花見 【600円】	[要申込]
いきいきサロン 若菜会	第２月曜日 13：00～16：00 美隅荘	百人一首など 【無料】	[要申込]
いきいきサロン 新生会	第２金曜日 13：30～15：00 隅の浜会館	健康体操 講師：岡畠佳子さん 【200円】	[要申込]
いきいき健康体操 ファイト	第２・４火曜日 13：30～15：00 隅の浜・美の里会館	脳トレーニング、簡単な体操 【100円】	[申込不要] ※持参物：飲み物
カミナリゴロゴロ	第３火曜日 13：30～15：30 平林宅	茶話会・談笑を中心に 【無料】	[要申込] 申込先：平林(090-5376-1650) 後期高齢者の方が対象です

なんでも相談

活動名	日時・会場	内容
きんさい広場	第１金曜日 13：30～15：00 美隅公民館	なんでも相談広場

百歳体操　（咲楽会・双樹・コスモスは定員に達しています。）

サロン名	日時	会場【参加費】
咲楽会	毎週金曜日 13：00～15：00	楽々園公民館
双樹	毎週水曜日 13：30～15：00 ※30日はお休みです	美隅荘
どんぐりの会	毎週火曜日 10：00～12：00 ※29日はお休みです	隅の浜会館 [要申込]【100円】
コスモス	第１～４月曜日 10：20～12：00	美隅公民館
サロン ケアレジデンス	毎週火曜日 14：00～15：00	ケアレジデンス楽々園 問合先 ケアレジデンス楽々園 (943-8686)

子育てサロン

サロン名・日時・会場	内容・【参加費】等
子育てCafe スマイル 4/4(金) 5/2(金) 10：00～12：00 楽々園公民館	(4月)お楽しみ会 (5月)お楽しみ会 【100円】先着10組 申込先：佐川（921-1060） ※持参物：飲み物、子どものおやつ ※3歳未満の子どもさんと一緒にご参加いただけます。

※主催は楽々園学区社会福祉協議会です。※高齢者いきいき活動ポイント手帳をお持ちの方はご持参ください。
※[要申込]のサロンについては楽々園公民館と美隅公民館へお問い合わせください。※都合により、予定は変更となる場合があります。