〒731-5136 **TEL & FAX** E - mail

広島市佐伯区楽々園五丁目8番32号 (082) 921 - 1404

rakurakuen-k@cf.city.hiroshima.jp

http://www.cf.city.hiroshima.jp/rakurakuen-k/ Homepage https://www.facebook.com/rakurakuen.k/ Facebook

●会場の欄がないものは楽々園公民館で開催します。

Homepage



Facebook



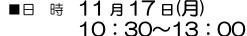
子育て家族に寄り添う

「見るだけ!料理教室」は、講師が料理作りの実演をし ながら、そのコツや栄養のことなどを教えてくれる【参 加者は 料理をしない料理教室 】です。今回は、子育て 中で毎日のお料理にお悩みの方や不安な方を対象に簡単 &栄養に配慮したおかずをご紹介します。

**L<ffのます!) ワンプレートランチ付き。こども同伴可。



鶏ささみとジャガイモのみの虫揚げ/大根の薄氷 おからサラダ/鶏モモ肉のきのこ炒め 人参のナムル/黒豆ご飯/芋蒸し羊羹



目からウロコの

映画界の歴史は、これまで男性

女性の映画界進出の歴史や女

監督を中心に語られてきました。

性映画人の功績に視点を当て解

「日本の女性映画人」

- 安部 美恵子さん (NPO 法人日本食育協会 上級食育指導士) ■講
- 子育て中の方(子育て支援講座ため) || 文寸 象
- ■定 8人 ■参加費 500円(材料代/当日徴収)
- ■持参物 エプロン、手拭き(ランチ後の食器洗い時に使用)
- ■申込み 楽々園公民館へ

クリスマスリース&スワッグ作り

公民館近隣の花壇を整備してくださ っている「楽々花グループ」の皆さんと -緒にクリスマスシーズンにぴったり のリースとスワッグを作ります。 花壇で 取れた材料を使って、素敵な作品を作り ★見本が ましょう。



時 12月13日(土) 10:00~12:00

公民館活動グループ「楽々花グループ」 ■講

小学生と保護者 ■定 員 12組 || 文寸 ※未就学児は小学生のきょうだいの申込みがあれば参加できます。

500円(材料代) ■参加費

持ち帰り用の袋、お持ちであればリボンや ■持参物

どんぐりなどリースに飾りたいもの 楽々園公民館へ。受付後、12月8日(月) ■申込み までに参加費を公民館へお持ちください。

楽々聞公民館活動グループ 体験学習会「太極拳楽楽」

太極拳はゆったりした動きで体 も心もリラックスできます。そして 下半身が安定し、転倒予防にも役立 ちます。ぜひ一度体験学習会にご参 加ください。お待ちしております。



12月8日(月) ■日 時 13:00~15:00

どなたでも ■対 象

員 ■定 10人

■持参物 動きやすい服装 楽々園公民館へ ■申込み

ふるってご参加ください。

11月12日(水) 10:00~11:00

広島市映像文化ライブラリ・ ■講 映像文化専門官 森宗 厚子さん

象 どなたでも ■対

■定 員 20人

説します。

楽々園公民館へ ■申込み

子育てサロン

クリスマス工作に挑戦

毎月開催している子育てサロンです。 11 月は、クリスマスに向けて、とっても簡単な工作に 親子で挑戦します。その他、おもちゃ遊びをしながら、

のんびりおしゃべりなど。 お気軽にご参加ください。



11月21日(金)10:00~12:00

※時間内出入り自由 ※11:30 から片づけ

■対 象 乳幼児と保護者 ■定 員 10組 ■持参物 飲み物 ■申込み 楽々園公民館へ

■協 力 五日市西地区民生委員児童委員協議会、

母親サークル



楽々園俳句グループ& 子ども習字グループ作品展

楽々園公民館で活動している 2 団体の作品展です。

■期間 10月27日(月)~11月14日(金)

五日市南中学校 ホームメイキング部作品展

ホームメイキング部の皆さんが作った、すてきな 手作り作品を展示します。

■期間 11月19日(水)~12月5日(金)







〒731-5137 広島市佐伯区美の里 二丁目 1 番 25 号 TEL · FAX 923-0622







肌寒さも感じる 11月となりました。 サンショくんは、柿 をたくさんもらって ご満悦!?

今年は柿が豊作の ようですね。皆さん も季節ならではのも のを楽しんでくださ いね!!

E — mail misumi-k@cf.city.hiroshima.jp

ホームページ http://www.cf.city.hiroshima.jp/misumi-k/

●会場の欄がないものは美隅公民館で実施します。

*駐車スペースがないため、公共交通機関、自転車等でお越しください。

FRENCH

正月はちょっぴり贅沢に

レンチのお節料理」でおもでは

時 12月13日(土) 10:00~13:00 \Box

所 美隅公民館 場

講 師 フランス料理レストラン ル・シェフェール

オーナーシェフ 竹林 栄 さん

どなたでも 妏 象

12人 定 員

参加費

11/6(木)から 受付開始 1,500円(材料代)

エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル 持参物

美隅公民館へ。12月6日(土)までに参加費を 申込み

公民館へお持ちください。

※12月7日(日)以降は、準備の都合上キャンセル不可。

※駐車場はありません。

MENU

☆海老とブロッコリーのゼリー寄せ ☆レンズ豆のスープ

調理後は 実食します

☆チキンとごぼうのバロティーヌ





畳の端にある「畳縁」が、

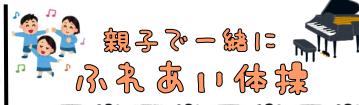
トートバッグや財布などのハンドメイドの作品とし てよみがえりました。見事な出来栄えを自分の目で確 かめてみては!

出展者 村上 浩己さん

期 間 11月1日(土)~11月28日(金)

公民館だよりや、講座等の情報をいち 早くお知らせしています。 ぜひ、ご登録ください!!





運動遊びで楽しく体を動かしましょう♪ 年齢に合わせて体の動かし方を学びましょう!

日 時 12月8日(月)

前半 10:00~10:30 (1~3 歳児)

後半 10:30~11:00(4、5歳児)

所 美の里保育園ホール

(美隅公民館ではありません。)

師 根っ子育てLink 阿部 玲子さん

象 1歳以上の未就学児とその保護者 対

定 員 各5組(ひと家族3人まで)

服 装 動きやすい服装 持参物 飲み物、タオル 申込み 美隅公民館へ 共 催 美の里保育園

※車でのお越しはご相談ください。

美陽公民館活動グルース 会員募集のお知らせ 「美の里子ども書道教室」

幼稚園児~高校生を対象にした書道教室です。 楽しく、きれいな字のコツを学びましょう! ≪初めてのお友達も大歓迎!!≫

活動日時 第1・3 土曜日

16:30~18:30

硬筆のみ 1,000 円/月 会 硬•毛筆 1,500 円/月

(教材費・施設費別)

2,000円 入会金

園児~高校生

持参物 4B えんぴつ、書道道具があれば持参

問合せ 美隅公民館へ









