



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。ただし、新型コロナウイルス感染症の拡大防止を図るため、必要に応じて保健所等の公的機関へ提供することがあります。	5月の休館日 4日(月・祝)・5日(火・祝) 6日(水・振休)・7日(木) 12日(火)・19日(火)・26日(火)
	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。	



子育て支援講座 | 産後2ヶ月から大丈夫!

育児の合間のリフレッシュヨガ

ヨガにはカラダの不調を整える効果があります。育児中のママやパパは、日々の生活の中で自分の体はおざなりにがちです。腰痛や肩こり、不安感や疲れやすさの軽減に、癒しのヨガをしてみませんか。

ヨガインストラクター
山下 美抄さん



日 時	6月4日(木) 10:00~11:30	会 場	楽々園公民館
対 象	育児中の方(産前~産後2ヶ月未満の方はご参加いただけません)	定 員	10人
持参物	ヨガマット or 大きめのバスタオル、運動のできる服装、タオル、飲み物		
託児等	・生後2~9ヶ月のこども ▷ ヨガ教室と同室でお母さんと一緒に ・生後10ヶ月~のこども ▷ 別室の託児コーナーで(要申込/託児定員6人)		
申し込み	楽々園公民館へ		

父の日 present!



好きなシールで飾ったデコ時計を作ってお父さんにプレゼント!!

【場 所】 美隅公民館
 【対 象】 小学生 【定 員】 16人
 【講 師】 母親サークル(楽々園母親クラブ)のみなさん
 【持参物】 デコレーションしたいもの(シール、マスキングテープなど)、汚れてもよい服装、飲み物
 【参加費】 500円
 【申し込み】 美隅公民館へ。受付後、6月10日(水)までに参加費を公民館へお持ちください。

スマホを便利に、安心安全に使おう!
"スマートフォン活用講座"

- ①初めての生成AI
- ②スマホで健康管理(フレイル予防編)

日常的に耳にするようになった生成AIについて、スマホでの便利な使い方を学びましょう。また、フレイル予防にも役立つ、スマホで健康管理する方法を学びましょう。

【日 時】 6月17日(水) 10:00~12:00
 【場 所】 美隅公民館
 【対 象】 概ね60歳以上の方
 【定 員】 15人
 【持参物】 筆記用具
 【申し込み】 美隅公民館へ
 【共 催】 ソフトバンク株式会社



※ 貸出機を使用しますので、参加者がお持ちのスマホは使用しません。ソフトバンク以外のスマホをお持ちの方も参加できます。

地域情報 BOX

● 楽々園学区まちづくり推進協議会（LMO）からのお知らせ

楽々園学区フェスティバルのご案内



2026年楽々園学区フェスティバルの開催を下記のとおり予定しています。皆さまのご来場お待ちしております。

- 日時 5月31日(日) 9:45~14:30
※雨天の場合、中止※
- 場所 楽々園小学校
- 主催 楽々園学区まちづくり推進協議会（LMO）

● 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



- 日時 4月~10月の毎週土曜日
(午前) 6:30~6:40
- 場所 楽々園ヤマダ電機駐車場
- 主催 楽々園町内会連合会

● 佐伯区スポーツセンターからのお知らせ

参加者募集「あつまれ！プールキッズ」

水中遊具を使って、遊びながら水慣れを行います。

- 日時 5月16・23日(土) 10:00~11:00
- 場所 佐伯区スポーツセンター プール
- 対象 水慣れを希望する小学生
- 定員 各12人
- 参加費 各600円
- 申し込み 5月1日(金)午前9時から。電話または、佐伯区スポーツセンター窓口にて受付(先着順)
- 問合せ 佐伯区スポーツセンター(082-924-8198)

● 佐伯区民文化センターからのお知らせ

イベント情報「さえきサロンコンサート」

やさしい木製フルートとピアノの調べで巡る名曲の旅



演奏 予定 ・Summer(久石譲 作曲) ・ハナミズキ/涙そうそう
・Love Theme(映画「ロミオとジュリエット」) 他

- 日時 5月9日(土) 14:00~15:20 (開場 13:30)
- 場所 佐伯区民文化センター
- 対象 どなたでも
- 参加費 無料
- 申し込み 不要
- 問合せ 佐伯区民文化センター(082-921-7550)



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	第3土曜日 10:00~13:00 美隅公民館	食事と遊び 【こども100円 おとな200円】	[要申込] 右記二次元コードから 問合せ:大原 (090-5694-2312)

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	自転車と歩行者の 交通ルール 講師:佐伯警察署 【無料】	[申込不要]
歌ごえサロン 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 楽々園学区にお住まいの方が対象です。
ほっとサロン 美の里	第3金曜日 13:30~15:30 美隅公民館	ヤクルト健康講座 (レッツ脳トレ・楽 しく認知症予防) 【200円】	[申込不要]
美の里一丁目 いきいきサロン オアシス	第3木曜日 13:30~15:30 隅の浜・美の里会館	お楽しみ会 (5月21日) 【200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	シニアソロジー健康体操 講師:岡島先生 【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)
しらすぎカフェ	第2土曜日 13:00~16:00 しらすぎビル	いきいき人生ノート 【100円】	[要申込]申込先:安井 (924-1233)
あさがおの会	第4土曜日 10:00~11:00 隅の浜会館	高齢者への詐欺対策 【200円】	[要申込]

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 スマホ指導

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	第1~4金曜日 13:00~15:00	楽々園公民館
双樹	毎週水曜日 13:30~15:00 ※6日(水)はお休み	美隅荘
どんぐりの会	毎週火曜日 10:00~12:00 ※5日(火)はお休み	隅の浜会館 [要申込]【100円】
コスモス	第1~4月曜日 10:20~12:00 ※4日(月)はお休み	美隅公民館
未来図サロン	第2日曜日 14:00~15:30	楽々荘

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 5/1(金) 6/5(金) 各10:00~12:00 楽々園公民館	5月:鯉のぼり制作/ティタイム 6月:保健師による子育て相談 &保育士と親子遊び (協力:美の里保育園) 【100円・先着10組】 申込先:谷本 (090-1352-4630) 持参物:飲み物、子どものおやつ 母子手帳(6月のみ)

※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。