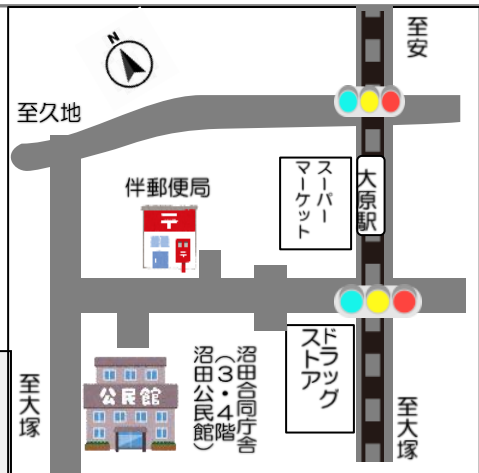


# 沼田公民館だより

3月号 No.542

〒731-3164 広島市安佐南区伴東七丁目64番8号 沼田合同庁舎(火山館)3階・4階  
TEL・FAX (082)848-0242 E-mail [numata-k@cf.city.hiroshima.jp](mailto:numata-k@cf.city.hiroshima.jp)  
ホームページ <http://www.cf.city.hiroshima.jp/numata-k/>



アストラムライン 大原駅から徒歩5分  
バス 大原駅バス停から徒歩5分

- 4月2日までの休館日 火曜日 (3/8, 15, 22, 29)、3/21(春分の日)
  - 開館時間 8:30~22:00【3月6日までは、21:00】
  - 受付時間 8:30~17:15【木・金は、8:30~21:00】
- ※事業の申込みは3月6日(日) 8:30からです。電話または来館にてお申し込みください。

## 来館の際の公民館からのお願い

- ・来館される際は、マスクの着用、手洗い・手指消毒をお願いします。
- ・発熱や咳など体調不良の方、過去2週間以内に感染が拡大している地域や国への訪問歴がある方は利用を控えてください。

## まん延防止等重点措置に伴う公民館の対応について(3月1日時点)

広島市の方針に基づき、3月6(日)まで以下のとおりの対応を行っていますので、ご理解とご協力をお願いします。

- 開館時間は21:00までになります。
  - 主催事業を中止または延期しています。
  - 諸室の利用を中止しています。  
※3月7日(月)以降の利用については、電話等での予約を受け付けています。
  - ロビー等オープンスペースの利用を中止しています。
    - ・図書の貸出・予約及び閲覧はできません。
    - ・ロビーでの自習、ミーティング等はできません。
  - 以下の業務については、継続して行っています。
    - ・各種予約、相談業務
    - ・印刷サービス
    - ・図書の返却
- ※3月7日(月)以降については、感染状況等によって対応の延長や変更がある場合があります。詳しくは、公民館にお問い合わせください。

## 主催事業・イベントの申込み等について

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、掲載している事業を中止する場合があります。  
申込み不要の主催事業については、実施の有無を事前に公民館に確認してください。

### 長生きよろず教室



からだの健康について  
～フレイルってなあに?～



最近足腰が弱くなってきた、今よりもっと元気に過ごしたい…。そんな方々を応援すべく、4月から介護予防教室を年4回、公民館で開催することになりました。

講座だけでなく、測定会も行います!ご自身のからだについて把握してみましょう!

- 日時 4月14日(木) 10:00~12:00
- 対象 関心のある方ならどなたでも 50人(申込み順)
- 持参物 筆記用具、飲み物  
いきいき活動ポイント手帳(お持ちの方)
- 講師 介護老人保健施設とやま  
理学療法士 香川 真理子さん
- 主催 戸山・伴・大塚地域包括支援センター、  
沼田・大塚・戸山公民館、安佐南区地域支えあい課
- 申込み 4月11日(月)までに沼田公民館へ。  
※動きやすい服装でお越しください。  
※講座の詳細については、戸山・伴・大塚地域包括支援センター(TEL849-5860)までお問い合わせください。

### 子どもアートひろば



水性チョーク(キットパス)を使って、児童室の窓ガラスに春の絵を描こう。描いた絵は5月中旬まで展示する予定です。

- 日時 3月26日(土) 13:30~15:00
- 対象 小学1年生~6年生 8人(申込み順)  
※小学1・2年生は保護者同伴
- 参加費 200円(当日徴収、持ち帰り用キットパス1本付き)
- 持参物 タオル(手拭き用)
- 講師 キットパスアート本部認定講師 CHORO さん
- 申込み 3月23日(水)までに沼田公民館へ。  
汚れてもよい服装でお越しください。

### おはなし会

3月は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、お休みします。  
次回は、4月22日(金)を予定しています。



【表示について】事業名のところに右のマークがついているものは、高齢者いきいき活動ポイント対象事業です。



※会場名が記載されていないものについては、沼田公民館で実施します。

※講座等の申込みの際にお伺いした個人情報については、講座に関連した諸連絡以外の目的で使用いたしません。

## おかあさんの広場&なかよしクラブ

### 内容:パネルシアターの上演

0~1歳のオープンスペース「おかあさんの広場」と2~3歳対象の「なかよしクラブ」が合同で開催します。

■日時 3月16日(水) 10:00~11:30

※プログラムは10:30ごろから始まります。

■対象 0~3歳のお子さんと保護者 24組(申込み順)

■参加費 親子1組につき50円(当日徴収)

■講師 大塚ムーミンの会のみなさん

■主催 おかあさんの広場運営サポーター、沼田公民館

■協力 伴地域女性会、伴・伴東学区社会福祉協議会、伴・伴東地区民生委員・児童委員協議会

■申込み 3月14日(月)までに沼田公民館へ。

※会場の都合上、事前に申し込みのない方は参加できません。

※飲み物やおもちゃは各自で持参してください。

### なかよしクラブ



今月は「おいしいものをつくってパーティー」をテーマに活動します。

■日時 3月14日(月) 10:00~12:00

■対象 2~3歳児と保護者 ※募集は終了しています。

■講師 保育研究家 住廣 弘恵さん

■主催 なかよしクラブ運営サポーター、沼田公民館

### ロビー展(3階)

●東日本大震災防災パネル展

3月7日(月)~3月14日(月)

●聖墨会 作品展示

3月9日(水)午後~3月23日(水)午前

●人権啓発パネル展~みつけて人権~

3月18日(土)~3月27日(日)

●食品ロス削減啓発パネル展

3月23日(水)~3月27日(日)



### サークル会員募集のお知らせ



#### ① 親子体操るんるん



来年度のメンバーを募集しています。5月から始まります。

親子で楽しくふれあいながら、子どもの身体作りをしませんか？

●活動日 原則、第4木曜日 11:30~12:40

●対象 平成31年4月~令和2年3月生まれの未就園児と保護者

●定員 15人(親子30人)

●問合せ 沼田公民館へ

#### ② シニアコーラス銀河



シニアの皆さん、一緒に楽しくコーラスをしませんか？

初心者大歓迎です。興味のある方は見学に来てください。

●活動日 原則、毎週月曜日 13:30~15:30

●問合せ 沼田公民館へ

※3月の活動はお休みしています。

## イキイキはつらつ塾



### 内容:健康体操

■日時 3月17日(木) 10:00~11:30

※いつもと開催曜日が違いますので、ご注意ください。

■対象 概ね60歳以上の方 50人(申込み順)

■持参物 いきいき活動ポイント手帳(お持ちの方)

■講師 スポーツインストラクター 松村 康伸さん

■申込み 3月14日(月)までに沼田公民館へ。

### ICT 個人学習



パソコンに関する疑問を、個別にお受けします。

■日時 3月24日(木) 9:00~12:00

■対象 関心のある方

■持参物 ご自身の使用しているパソコン

■講師 沼田地区 ICT まちづくりボランティアの皆さん

■申込み 不要です。直接会場へお越しください。

広島市立図書館で借りた本の「返却ポスト」回収予定日

3/18(金)、4/1(金)

※なるべく、前日までに投函してください。

「返却ポスト」は、沼田公民館事務室前にあります。

このポストは、広島市立図書館(中央・各区・こども・まんが図書館、湯来河野・あさ閲覧室)で貸出を受けた本の返却用です。

沼田町コミュニティ5坪菜園運営委員会から

### 「5坪菜園」新規入園者募集

◆期間 令和4年3月13日~令和5年2月28日

※更新あり

◆区画 3区画

◆場所 伴東4丁目(雲願寺・広陵橋近く)※駐車場あり

◆対象 原則、沼田地区在住の方

◆会費 年間2,500円

◆申込み 3/11(金)までに沼田公民館へ。

◆抽選 3/13(日)午前10時から、沼田公民館で新規入園者の抽選会を行います。応募者は必ずご出席ください。(時間厳守・代理可)



### 地域の子育て支援事業



健康相談室 ☎831-4944

| 会場    | 実施日      | 時間         |
|-------|----------|------------|
| 沼田公民館 | 3月16日(水) | 9:30~11:00 |

※予約が必要です。予約は実施日の1週間前から保健センターで行います。詳しくは安佐南区のホームページをご覧ください。

※下伴集会所は、耐震工事のため健康相談室はありません。