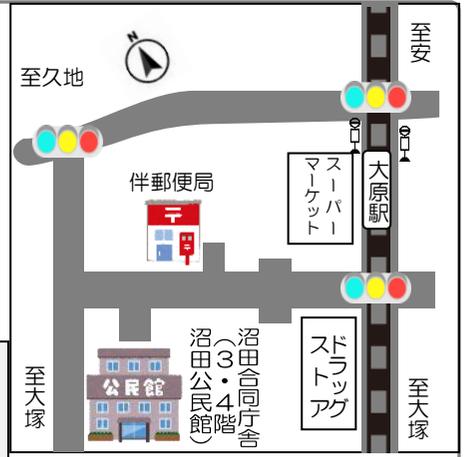


# 沼田公民館だより

## 2月号 No.577

〒731-3164 広島市安佐南区伴東七丁目64番8号 沼田合同庁舎(愛称:火山館【ひやまかん】)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

- 3月2日までの休館日 火曜日(2/4, 11, 18, 25) 建国記念の日の振替休日(2/12) 天皇誕生日の振替休日(2/24)
- 開館時間 8:30~22:00 ■受付時間 8:30~17:15【木・金は、8:30~21:00】
- ※主催事業の申込み開始は2月2日(日)9:00からです。電話か来館でお申し込みください。
- ※駐車場に駐車できる台数が限られていますので乗り合わせていただくか、公共交通機関でお越しください。

## 日本と中国とどこが違う？ 肉まんから知る異文化

コンビニで気軽に買える肉まん。  
本場中国の肉まんって、日本と同じなのかな？  
中国の人は、どんな時に食べるんだろう？  
肉まん作りを通して、中国のことを知ってみませんか？



- 対象 小学生以上(小学1・2年生は保護者と参加)  
※大人だけの参加も可
- 内容 肉まんづくり(サラダ、デザートあり)
- 定員 16人(先着順)
- 講師 中国家庭料理指導者 釋 唯香さん
- 参加費 700円/人(当日集金)
- 持参物 エプロン、三角巾、ふきん、タオル、飲み物
- 申込み 3月1日(土)までに電話か来館で公民館へ



※3月2日(日)以降のキャンセルは参加費をいただきます。※小・中学生が参加する際は必ず保護者がお申し込みください。※アレルギーには対応していません。

## 大人の脳トレ 折りばらに挑戦!

みんなで、おしゃべりしながら、折りばらを折りませんか？

- 日時 3月3日(月) 10:00~12:00
- 対象 関心のある人
- 定員 10人(先着順)
- 内容 はじめての折りばらづくり
- 講師 折ばら愛好家 森田 京子さん
- 持参物 飲み物
- 申込み 2月28日(金)までに電話か来館で公民館へ



見本が公民館にあります

## 子どもいろいろチャレンジ デコ巻きを作ろう~ひなまつり~

1本の巻き寿司で、おだいきさまとおひなさまをつくるよ。

- 日時 3月1日(土) 10:00~12:00
- 対象 小学生(小学1・2年生は保護者同伴)
- 定員 16人(先着順)
- 講師 デコ巻きマイスター 武田 折恵さん
- 参加費 500円/人(当日集金)
- 持参物 エプロン、三角巾、ふきん2枚、タオル、飲み物
- 申込み 2月22日(土)までに電話か来館で公民館へ



※2月23日(日)以降のキャンセルは、参加費をいただきます。  
※必ず保護者がお申し込みください。  
※アレルギーには対応していません。

## イキイキはつらつ塾

### カラダは食べた物からできている

~元気な人生100年のためのヒント~

健康寿命を延ばすために、今からできることは？  
『元気な人生100年』の鍵となる「栄養・運動・口腔ケア」について学びます!

- 日時 2月21日(金) 10:00~11:30
- 対象 おおむね60歳以上の人
- 定員 60人(先着順)
- 講師 株式会社 明治 食育担当 藤山 香織さん
- 申込み 2月16日(日)までに電話か来館で公民館へ
- 協力 イキイキはつらつ塾サポーター



広島市立沼田高等学校音楽探究履修生による



### ロビーコンサート ハンドベル

沼田高校の音楽探究履修生による  
ハンドベルのコンサートです。  
生徒達の日頃の学習成果をお聴きください♪



2/5(水)  
11:30~12:00

会場: 沼田公民館3階ロビー

演奏曲  
☆七つの子 ☆星に願いを  
☆ふるさと ☆アメイジンググレイス  
☆蛍の光

## 伴中放送部活動報告

今年度も、広島県予選を勝ち抜き、第41回NHK杯全国中学校放送コンテストアナウンス・朗読・テレビ番組部門に、伴中学校 放送部が4年連続で出場しました。  
取材の中でお世話になった地域の皆様への感謝の気持ちを込めて、活動報告を行います。

3/1(土)  
10:00~11:15

- 対象 保護者・地域の皆様
- 内容 放送部番組・アナウンス、朗読披露
- 申込み 不要。直接会場へお越しください。  
(来場者多数の場合は、入場を制限します。)
- 共催 伴中学校・NPO法人沼田まちづくり協議会・沼田公民館
- 問合せ 伴中学校 (電話848-0017)



寒い時こそ、体を動かそう!!

## LET'S キックボクササイズ!

音楽に合わせて元気いっぱい体を動かしませんか？

- 対象 小学生以上  
※中高大学生、成人、親子も可
- 定員 20人(先着順)
- 内容 キックボクササイズ体験
- 持参物 飲み物、タオル、運動のできる服装
- 申込み 2月14日(金)までに電話か来館で公民館へ
- 共催 公民館学習グループ「キックボクササイズ kick out」・沼田公民館

2/16(日)  
13:30~14:30

※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。参加費の記載のない事業については、参加費は無料です。  
※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。  
※講座の様子(写真など)を公民館の公式Instagramに掲載します。掲載を希望しない人は申込み時にお知らせください。