

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。
お持ちの方は、ポイント手帳をご持参ください。



主催事業の申込み開始は
4月6日（日）9:00 からです。

沼田公民館公式
Instagram



春から新しいことを始めてみませんか？グループ体験会

卓球体験（沼田卓球クラブA）

健康づくりのために卓球を始めてみませんか？

- 日 時 4月28日（月）10:00～12:00
- 対 象 成人
- 定 員 3人
- 持参物 ラケット（あれば）、飲み物、タオル、運動のできる服装
- 申込み 4月27日（日）までに電話か来館で公民館へ
- 共 催 公民館学習グループ「沼田卓球クラブA」、沼田公民館



囲碁体験（初心者囲碁教室）

囲碁は認知症予防にも効果的です。ぜひ、どうぞ！

- 日 時 5月17日（土）14:00～15:30
- 対 象 どなたでも
- 定 員 5人
- 申込み 5月16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「初心者囲碁教室」、沼田公民館



わからないことを相談しよう！
パソコン・スマホ相談会

4月24日（木）9:00～12:00（11:30受付終了）

講師 パソコンボランティアのみなさん



幼児体操るんるんホップ

グループ会員募集！

マット運動やとび箱、平均台などを使用して楽しく体操をしています！

- 《活 動 日》 原則毎月第1～3金曜日 15:15～17:15
- 《募集人数》 12人
- 《対 象》 年少児

広島市立図書館で借りた本の「返却ポスト」回収予定日

4月18日（金）、5月2日（金）



「返却ポスト」は、沼田公民館事務室前にあります。

【職員の異動について（4月1日付）】

- ◆お世話になりました
社会教育主事 向井 敏憲
（佐東公民館へ）
- ◆引き続きよろしくお願いします
館 長 新山 忠俊
主 事 沖政 愛実
公民館専門員 奥野 奈美
- ◆お世話になりました
社会教育主事 田代 真代
（白木公民館から）

沼田公民館活動グループ一覧

※募集の欄の「×」は、定員に達しているため欠員待ち

区分・内容	グループ名	活動日	利用時間	募集	備 考（対象など）
乳幼児	親子リトミック	おたまじゃくしの会（親子リトミック）	2・4月	9:30～11:30	○
	親子体操	親子体操るんるん	3木	10:15～12:00	○ 2・3歳児とその保護者
	幼児体操	幼児体操るんるんホップ	1～3金	15:15～17:15	○ 対象：年少
		幼児体操るんるんステップ	1～3水	15:00～16:30	× 対象：年中
		幼児体操るんるんジャンプ	1～3水	16:30～18:00	○ 対象：年長
ボランティア	日本語指導	沼田日本語教室ボランティア・グループ	毎週土	13:00～16:00	○ 日本語指導ボランティア
	読み語り	読み語りグループ あのねの会	3・4金	(3) 10:00～13:00 (4) 9:30～13:00	○ 絵本の読み語りボランティア
外国語	英会話	レッツエンジョイ英会話	2・4土	9:30～11:30	○
	韓国語	韓国語教室 ヘンボク	毎週土	10:00～12:00	○
料理	料 理	エプロンママ	2木	9:00～13:00	○
		男の料理教室	2土	9:00～13:00	○
手芸	手 芸	手芸ひなげしの会	2・4金	9:30～12:30	○
		パッチワークグループ	1・3月	9:30～11:30	○
	洋裁	MYソーイング	1～4水	9:30～11:30	○
趣味・教養	パソコン	沼田パソコン同好会	1・3木	13:30～16:30	○
	スマホ	沼田スマホ同好会	月1回不定期	10:00～12:00	○
	陶 芸	ぐるーぷ炎	毎週金	9:00～12:00	○
	囲 碁	初心者囲碁教室	毎週土	13:00～16:00	○
		健康麻雀道場	1・3・5土	12:30～17:30	○
	マージャン	マージャンライト	毎週日	8:30～12:30	○ 対象：65歳以上
	押し花	押し花 あじさい	1木	9:30～13:30	○
	絵手紙	絵手紙ピーマン	2金	13:00～16:00	○
	水墨画	聖墨会	2・4水	13:00～16:00	○
		秀墨会	1・3金	13:00～16:00	○
	絵	スマレ会	1・3月	13:00～16:00	○ 水彩画
	手 品	沼田マジシャンクラブ	2・4金	20:00～21:00	○
	郷土史	沼田歴史散歩の会	1・3水	13:30～15:30	○
	神楽	三城田神楽団	毎週月	19:30～21:30	○
	古文書解読	古文書同好会	1・3水	13:30～16:30	○
	文学研究	人生哲学	2月	13:30～15:30	○ 歎異抄の学習
	俳 句	伴吟社	2土	12:30～15:30	○
茶華道	茶 道	清友会	1～4木	12:30～16:30	○
	生 花	生花グループ カトレア	1木	9:00～12:00	○

区分・内容	グループ名	活動日	利用時間	募集	備 考（対象など）
書 道	書 道	沼田習字グループ	2・4水	9:30～11:30	○
		ぬまた習字倶楽部	毎週金	16:00～21:00	○
音 楽	コーラス	シニアコーラス銀河	毎週月	12:50～15:50	○ 対象：概ね60歳以上
		シャンテ・フォー	1・2・4水	10:00～12:00	○ 対象：女性
	民謡・舞踊	民謡よさこい	1・3土	13:00～16:00	×
		舞扇会	1～3月	13:30～15:30	○ 詩舞
	器楽	セカンド・ムーブ	毎週水	19:00～21:00	○ 器楽演奏
健康・ダンス	マンドリン	TOMOマンドリーノ	毎週木・土	9:30～11:30	○
	ギター	ギターサークル バウムクーヘン	1・2・4水	13:00～16:00	○ フォークギター
	リズム体操	沼田ひまわり	毎週木	9:15～11:15	×
	バレエ	リリーフェアリーズ	毎週木	16:00～19:00	○ 対象：子ども
	社交ダンス	なでしこ	毎週日	10:00～12:00	○
		ともフォークダンス	毎週土	13:30～15:30	○
	フラ	フラ・オハナ・ヌマタ	2～4水	10:00～12:00	○
		カマイレヒビアロハ沼田	2・4月	10:00～12:00	○
	エイサー	琉球創作エイサー龍和	1・3木・毎週日	(木) 19:30～21:30 (日) 13:00～16:00	○
	吹 矢	スポーツウェルネス吹矢安佐南支部	2・4日	13:30～15:30	○
卓球・ヨガ・ピラティス・気功・ウォーキング・空手・太極拳・キックボクササイズ・断酒	卓 球	沼田卓球クラブA	毎週月	10:00～12:00	○
		沼田卓球クラブB	毎週木	13:00～15:00	×
		沼田サントクラブ（卓球）	毎週金	13:00～15:00	○
	ヨ ガ	ヨーガグループシルバー	毎週土	9:30～11:30	×
		沼田ヨガレッスン	毎週月	9:30～10:30	○
		AASANA yoga	毎週木	19:00～20:00	○
	ピラティス	AASANA yoga 2	毎週金	19:00～20:00	○
		夜のピラティス	1・3水	18:45～20:45	×
	気 功	練功十八法 沼田気功くらぶ	2・4水	10:00～12:00	○
	ウォーキング	沼田ウォーキングクラブ	1・3水	9:30～11:30	○
	空 手	空手同好会	毎週木	19:00～21:30	○
		玄制流空手道	毎週金	18:00～20:00	○
	太極拳	太極拳ニーハオ	1～3水	13:00～15:00	○
		キックボクササイズkickout	2・4水	9:00～10:00	○ 対象：女性
	断 酒	キックボクササイズkickoutナイト	1～4金	19:00～20:00	○ 対象：女性
		NPO広島断酒ふたば会	4月	18:00～21:00	○ 対象：酒害者とその家族

今月の「はぐくみ食堂」

だれでも参加OK！みんなで食べに来てね！

- 日 時 4月20日（日）11:00～13:30
※なくなり次第、終了します。
- 場 所 沼田公民館 3階和室 ●参加費 100円（当日集金）
- 主 催 少年を育む安佐南区民の会



地域の子育て支援事業



地域の子育て情報は沼田公民館のホームページで
ご確認ください。こちらの二次元コードから飛ぶ
ことができます。



この公民館だよりは、次の各新聞販売店様のご厚意により新聞折り込みをいただいております。◇中国新聞沼田営業所 ◇読売新聞 読売センター安・緑井