

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
7月6日（日）9:00 からです。

沼田公民館公式
Instagram



子育てお悩み解決講座



乳幼児に多い病気やケガ

～家庭での対処法～

8月2日（土）
10:00～11:30

- 対象 乳幼児の保護者（パパ・ママ、子育てに関わっている人ならどなたでも）
- 定員 10人（先着順）
- 内容 ◎こんなときどうしたらいいの？（病気・ケガの事例）
◎いざというときにした方がよいこと、しない方がよいことを知ろう
◎助産師さんに聞いてみよう（質問タイム）
- 講師 らっこ助産院 院長 岡崎 美菜さん
- 託児 別室託児があります。（原則、こども同伴の受講はできません。）
希望する場合は、申込み時にお知らせください。
※託児希望の場合は、託児セット「おむつセット1式、ビニール袋、飲み物
着替え」を1つのカバンにまとめて、記名して持参してください。
- 申込み 7月28日（月）までに電話か来館で公民館へ

伴セミナー

女性のための漢方の基礎知識

～いきいきと健康に笑顔で過ごすために～

いつも笑顔で健康に過ごすために、自分の体と向き合ってみませんか？
家族や友達にも活用できるセルフチェックの方法や女性特有のお悩み
解消、体質改善などに、活用できる漢方の知識について学びます。

- 日時 7月25日（金）10:00～12:00
- 対象 女性
- 定員 30人（先着順）
- 内容 ◎漢方の基本的な考え方について
◎「女性特有の悩み」や「認知症」と漢方について
- 講師 漢方百花堂 薬剤師・国際中医専門員 竹内 温子さん
- 持参物 手鏡（舌のセルフチェック実技用）、筆記用具
- 申込み 7月19日（土）までに電話か来館で公民館へ
- 共催 伴地域女性会、沼田公民館



今日はどんなえほんかな？

簡単な手遊びや、ふれあい遊びなどもあるよ！

- 日時 7月11日（金）10:30～（30分程度）
- 対象 未就園児と保護者（0歳から楽しめます。）
- 講師 読み語りグループ「あのねの会」のみなさん
- 申込み 不要。直接会場にお越しください。
- 主催 読み語りグループ「あのねの会」、沼田公民館



広島市立図書館で借りた本の「返却ポスト」回収予定日

7月18日（金）、8月1日（金）

「返却ポスト」は、沼田公民館事務室前にあります。



【少年を育む安佐南区民の会からのお知らせ】

「はぐくみ食堂」を開催します！

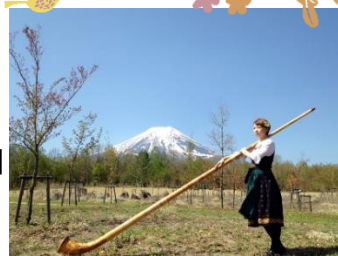
だれでも参加OK！みんなで食べに来てね！

- 日時 7月20日（日）11:00～13:30 ※なくなり次第、終了
- 場所 沼田公民館 3階和室
- 参加費 100円（当日集金）



いきいきはつらつ塾 癒しのホルンコンサート

ホルンのやさしい音色で癒しのひとときを。
フレンチホルンとアルプスホルンの
音色で心と体をリフレッシュしませんか？



■日時 7月18日（金）【9:45開場】
10:00～11:30

- 対象 おおむね60歳以上の人
- 定員 70人（先着順）
- 出演 旅するホルン吹き 蔵田 亜由美さん
- 申込み 7月13日（日）までに電話か来館で公民館へ
- 協力 いきいきはつらつ塾サポーター

【公民館被爆80周年事業】

平和のつどい

被爆80年を迎える今年、地域のこども達と一緒に、平和について思い
をはせる時間を過ごしませんか。

日時	7月25日（金） 14:30～15:30	8月2日（土） 13:00～14:00
内容	被爆ピアノと歩む調律師（講演） （ピアノの演奏はありません）	被爆体験伝承者から お話を聞こう！
講師	ひろしま被爆ピアノ 管理所有者・調律師 矢川 光則さん	被爆体験伝承者 ひろしま平和文化センター 登録ボランティア
場所	伴児童館 （電話848-0094）	伴東児童館 （電話848-4001）
対象	どなたでも（未就学児は保護者同伴）	
申込み	不要。直接会場にお越しください。	

新しいことを始めてみませんか？ グループ体験会

夏休みに空手を始めませんか？空手体験 （空手同好会）

体を動かすと心も身体もスッキリします。ぜひ一緒に！

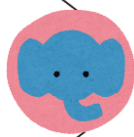
- 日時 7月31日（木）19:00～21:30
※時間中お好きな時間にお越しください。
- 対象・定員 どなたでも・何人でも
- 持参物 動きやすい服装
- 申込み 7月24日（木）までに電話か来館で公民館へ
- 共催 公民館学習グループ「空手同好会」、沼田公民館



☆☆☆ロビー展☆☆☆

動物公園へ行こう！動物写真パネル展

展示期間 7月5日（土）～7月20日（日）



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。

