

沼田公民館だより

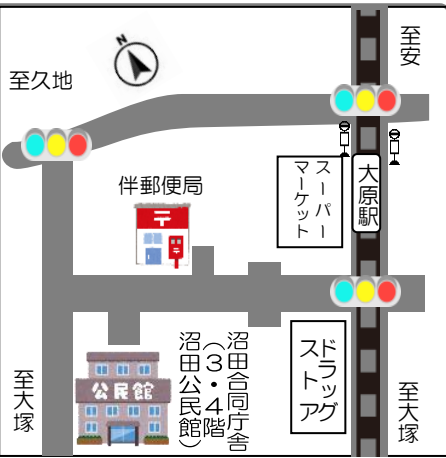
11月号 No.586



沼田公民館公式 HP

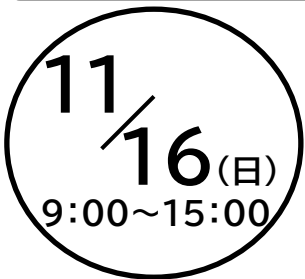
〒731-3164 広島市安佐南区伴東七丁目64番8号
沼田合同庁舎(愛称:火山館【ひやまかん】)3階・4階
TEL・FAX (082)848-0242 E-mail numata-k@cf.city.hiroshima.jp
ホームページ <http://www.cf.city.hiroshima.jp/numata-k/>

■12月7日までの休館日 火曜日(11/4, 11/18, 25, 12/2) 文化の日(11/3) 勤労感謝の日の振替休日(11/24)
■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 **11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。



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

令和7年度



沼田公民館グループ発表会

公民館で活動しているグループの日頃の学習成果をご覧ください。

作品展示

パッチワークグループ/スミレ会/沼田習字グループ
生花グループ カトレア/絵手紙ピーマン/ぐるーぶ炎

活動紹介

おたまじゃくしの会/親子体操るんるん/幼児体操るんるんホップ
幼児体操るんるんステップ/幼児体操るんるんジャンプ
沼田日本語教室ボランティア・グループ/広島グリーンファイターズ
沼田ヨガレッスン/NPO広島断酒ふたば会

舞台発表(10:00~14:47)

セカンド・ムーブ/シャンテ・フォー/民謡よさこい
フラ・オハナ・ヌマタ/シニアコーラス銀河/太極拳ニーハオ
ギターサークル バウムクーヘン/カマイレヒヒアロハ沼田
沼田日本語教室ボランティア・グループ/舞扇会/空手同好会
沼田マジシャンクラブ/ともフォークダンス/琉球創作エイサー 龍和

体験会(10:00~15:00)

初心者囲碁教室(12:00~13:00は休憩)
マージャンライト

グループ発表会の準備・開催に伴う公民館等の利用について

	11月14日(金)~11月16日(日)
沼田合同庁舎駐車場	利用できます。できる限り公共交通機関をご利用ください。 また、近隣の駐車場には駐車しないでください。
沼田合同庁舎駐輪場(自転車・バイク)	利用できます。
部屋・ロビーの利用	利用できません。
図書・新聞の閲覧、図書の貸出	11月14日(金)は利用できます。 11月15日(土)・16日(日)は利用できません。(図書の返却はできます。)
印刷サービス	利用できます。

準備・片付けなど運営協力グループ

韓国語教室ヘンボク/TOMOマンドリーノ
沼田スマホ同好会/ヨガグループシルバー
沼田パソコン同好会/貴婦人の会/清友会
夜のピラティス

刺繍から知る パレスチナの文化

パレスチナに伝統的に伝わる
「タトリーズ」という刺繍をご存じですか?
日々の暮らしの中で受け継がれてきた
伝統的な手仕事「タトリーズ」を通して、
パレスチナの文化に触れてみませんか?

■対象 どなたでも(小学生以上)
■定員 20人(先着順)
■内容 パレスチナのお話と刺繍について
(刺繍の図案の中から好きなものを選んで色鉛筆で塗ります。)
※刺繍はしません。

■持参物 筆記用具、色鉛筆(あれば)
■申込み 12月3日(水)までに電話か来館で公民館へ

講師
AICJ 中学・高等学校
講師 オサマ カシスさん



12/7(日)
13:30~
15:30

地域と一緒に!子育て応援講座

はじめてのベビトレヨガ

赤ちゃんの脳トレやママの骨盤矯正など、赤ちゃんと一緒にできる
運動です。
こどもが泣いても騒いでも大丈夫。おたがいさまの精神でのびのび体
を動かしてみんなで笑顔になりましょう♪

■日時 11月28日(金) 10:00~11:30
■対象 乳幼児(0歳~1歳半くらい)とその保護者
■定員 10組(先着順)
■内容 *ママトレ...腰痛、肩こりなどの不調の緩和や産後の
骨盤矯正など体を動かしてストレス解消

*ベビトレ...赤ちゃんの可動領域トレーニングだけでなく、
脳の発達を促す声かけやトレーニングなど
*スマイル...ママが笑えば赤ちゃんも笑う、笑顔の連鎖

■講師 ベビトレヨガ養成講師 末松 真理子さん
■持参物 ヨガマット(なければ大きめのバスタオル)、飲み物(大人用&こども用)
■その他 動きやすい服装でお越しください。
■申込み 11月26日(水)までに電話か窓口で公民館へ
■共催 伴っ子クラブ、ともひがしくらぶ、沼田公民館

ロビー展 **十六の会** 展示期間 11月20日(木)~12月1日(月)
■内容 沼田地区にある公立の小学校、中学校、高等学校、大学による展覧会

《主催事業についてのお知らせとお願い》

※会場名が記載されていないものは、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。
※申込みの際にお伺いした個人情報、関連した諸連絡以外の目的で使用しません。
※申込みは、本人・家族分のみ受け付けます。友人・知人分の申込みはご遠慮ください。
※申込み後、参加できなくなった場合は必ずキャンセルのご連絡をお願いします。
※様子(写真など)を公民館の公式インスタグラムに掲載します。掲載を希望しない人は申込み時にお知らせください。