

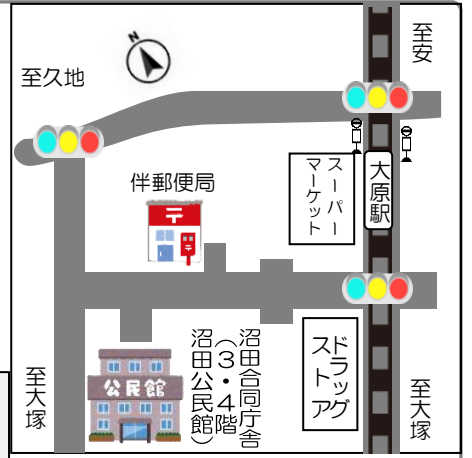
沼田公民館だより

2月号 No.589



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/>



アストラムライン→大原駅から約400m
バス→大原駅バス停から約400m

- 3月1日までの休館日 火曜日(2/3,10,17,24) 建国記念日(2/11) 天皇誕生日(2/23)
- 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1日(日)9:00からです。電話か来館で申込みください。
- ※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。

食を通して世界を知ろう

旅するテーブル ~中国編~

2/28(土)
9:30~13:30

留学生と交流しながら中国の文化を知ろう！
一緒に青椒肉絲と杏仁豆腐を作ませんか？
中国の切り絵(剪紙)体験もあります♪

- 対象 小学生とその保護者(2人1組)
- 定員 8組(先着順) ※幼児同伴不可
- 内容 留学生との交流(調理実習等) ※アレルギーには対応していません。
- 持参物 エプロン、マスク、三角巾(バンダナも可)、手ふき、食器ふき、飲み物、筆記用具
- 申込み 2月25日(水)までに電話か来館で公民館へ
- 企画・進行 広島市立大学 市大生チャレンジ事業「旅するテーブル」
- 調理指導・食材提供 株式会社フレスタ
- 共催 広島市立大学、株式会社フレスタ、沼田公民館



イキイキはつらつ塾

排泄コントロールできる身体づくり

「人生100年時代」

どこへでも心配なく出かけられる身体でいるために。
尿トラブルの予防・改善を目指すための
オリジナルトレーニングもあります。

(椅子に座ったままできます。)

※ガードル等、体を締め付ける衣服の着用を控えてご参加ください。

- 日時 2月20日(金) 10:00~11:30
- 対象 おおむね60歳以上の人
- 定員 70人(先着順)
- 講師 インナーサポート協会 代表 石硯 登貴子さん
- 持参物 飲み物
- 申込み 2月18日(水)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



子育てボランティア交流&スキルアップ講座

子育て支援に役立つ

おりがみを学ぼう！

別れや出会いの季節に渡すちょっとしたプレゼントに使える
おりがみを教えてもらいます。

知っておくときっと役に立つ、作る自分も楽しい♪
そんなおりがみを一緒に学びましょう。
子育て支援活動をしている皆さんと交流して、仲間
になりませんか？



- 日時 2月26日(木) 10:00~12:30
- 対象 子育て支援のボランティア活動をしている人
これから子育て支援の活動をしてみたい人
- 内容 ちょっとしたプレゼントに使えるようなおりがみ(3~4種類)
子育て支援者との交流
- 定員 15人(先着順)
- 講師 日本折紙協会認定講師 origamigarioさん
- 材料費 300円(当日集金)
- 持参物 スティックのり(固形タイプ)、はさみ
- 申込み 2月20日(金)までに電話か来館で公民館へ

0~3歳児と家族のためのオープンスペース

ニコニコひろば

毎月テーマを決めて(30~40分程度)、ふれあい遊びや子育てに役立つ情報
を提供しています。時間内は出入り自由、気軽に来てね！
お誕生日(1月、2月)のお友達にはバースディフォトのプレゼントがあるよ。

- 日時 2月18日(水) 10:00~11:30
- 対象 0~3歳児と保護者
- 内容 人形劇を見よう
- 出演 人形劇ペポ
- 申込み 不要。直接会場にお越しください。
- 主催 にこにこひろば運営サポーター、沼田公民館
- 協力 伴地域女性会、伴地区民生委員・児童委員協議会
伴東地区民生委員・児童委員協議会



コミュニティ・ランドまつり

伴東小学校の余裕教室を利用して活動している「コミュニティ・ランド」
のこども達が、1年間の活動の成果を披露する発表会です。
たくさんの人に見ていただきたいと思います。どうぞお越しください。

- 日時 2月22日(日) 10:00~11:30
- 場所 沼田公民館3階
☆大集会室(ステージの部) ☆ロビー(展示の部)
- 主催 ともひがしくらぶ
- 共催 沼田公民館



《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。