

グループ体験会 新年度(4月)から新しいことは始めるきっかけにまずは体験会に参加してみませんか？

✂ パソコンで遊ぼう

パソコンを楽しく自分のペースで学びませんか？  
月に2回の活動では、ワードやエクセルなどみんなで同じ課題に挑戦しています。現在は、65歳以上のメンバーで、和気あいあいと助け合いながら、無理をせず、自分のペースで学習しています。まずは雰囲気だけでも見に来られませんか？

日時◆2月22日㊤ 午後1時～3時

対象◆どなたでも

持ち物◆ノートパソコン

※お持ちでない方はご相談ください。

申込◆2月4日㊤から電話か来館で

活動日◆毎月第2・4木曜日 午後1時～3時



✂ 大塚幼児体操(通常活動時間:午後4時半～5時半)

令和6年度入会者向けに30分無料体験会を開催します。  
跳び箱、マット、鉄棒を使った運動を通して、ケガをしない体づくりを推進します。まずは体験会(無料)に参加して動いてみませんか。

日時◆2月14日㊤ 午後4時半～5時

対象・定員◆令和6年度に年中・年長になる幼児 8人(変更になる場合有)

(※申込が、5人以上になる場合、体験時間を、

①午後4時半～5時 ②午後5時～5時半の2回で行います。体験会は8人以上でもお受けします。)

※動きやすい服装でご参加ください。

申込◆受付中です。電話か来館で

その他◆体験会30分の内、20分は保護者の方もお子様の体験をご覧いただき、最後の10分は別室で簡単な案内会を行います。



✂ オヤジ・オカン4DS ヨガダンス【午後7時～4DS ヨガ、午後8時～ダンス入門(ザ昭和)】

男だって内臓刺激ヨガや筋トレしたい…でも、女性ばかりは入りにくい、そんな男性も集まれ！男性も女性も一緒に楽しく活動するグループです。午後7時～8時は、前半25分筋トレ、後半30分4DS ヨガで体を整えます。午後8時～9時は、懐かしのダンスミュージックでストレス解消します。ダンス初心者集まれ！！両方参加でも、どちらか参加でも、ご自身の都合に合わせてお選びいただけます。

日時◆3月15日㊤、3月22日㊤ 午後7時～9時(午後7時～8時4DS ヨガのみ、午後8時～9時ダンスのみの参加も可)

対象・定員◆18歳以上どなたでも 各日10人(申込順)

持ち物◆飲み物、室内シューズ、タオル、ヨガマット(なければバスタオル)※ヨガマットは、4DS ヨガ参加の方のみご持参ください。

参加費◆500円/日(当日集めます。)

申込◆2月4日㊤から電話か来館で

活動日◆毎月第1～4金曜日 午後7時～9時(※午後7時～、午後8時～どちらかの参加のみでもOKです。)



✂ 西風新都 子育てオープンスペース

大塚公民館のオープンスペースへ来てみませんか？子育て相談員の方も在中しています。

【予約不要&出入り自由】

日時◆2月15日㊤

午前10時～12時半

共催◆大塚・伴南地区民生委員・児童委員協議会



✂ 健康相談室

日時◆2月15日㊤

《受付時間》午前9時半～11時【予約不要】

内容◆乳幼児の身長・体重測定や育児相談、成人の血圧測定、尿検査や健康相談等

持ち物◆母子健康手帳または健康手帳

主催・問合せ◆安佐南区保健センター(082-831-4944)



公民館職員日記

冬真っ只中！寒いのは苦手ですが、冬の季節限定の飲み物、食べ物は大好きな私。先日はコーヒー屋さんの季節限定の飲み物を飲み、「美味しい～！」…中3日で再び訪れてしまいました。ただ、美味しいものは高カロリー。。。春限定が出るまでは我慢しようと心に誓った私です！

ほしばた きょうこ



第11回  
おおづか  
公民館まつり

日時◆3月10日㊤ 午前10時～午後3時

場所◆大塚公民館

内容◆バザー(そば(温)・たこ焼き・ラーメン・唐揚げ・ワッフル・くじ・ゲームコーナー等)  
舞台発表(大塚中学校和太鼓&吹奏楽・コーラス・フラダンス・どじょうすくい等)  
※舞台発表最後は、特別出演 JIM さんの演奏があります。(詳細次号にて)  
体験コーナー(絵本読み聞かせ・バルーン・かるた・書道・カード作り(有料)等)  
展示(作品展示/俳句・花・絵手紙・パッチワーク等、グループ紹介ポスター)  
※展示コーナーには初の試み、グループ紹介動画も上映します。

※詳しい内容は、たより3月号・HP・当日配布するパンフレットをご覧ください。

※【注意】まつり当日はフリースペース・図書コーナー・印刷室は利用できません。

【第2回 実行委員会】

日時◆2月10日㊤ 午前10時～正午

対象◆公民館グループ代表者

バザー参加の地域団体代表者

※引き続き、書き損じハガキを回収しています。回収したハガキは公民館まつりの運営に活用させていただきます。公民館窓口、回収箱へお願いします。

大塚公民館まつり実行委員会  
大塚・伴南学区社会福祉協議会

公民館主催事業の申込は、記載のあるものを除いて大塚公民館へ。発行日の午前8時半から電話または窓口で受け付けます。

- 定員になり次第締め切ります。
- 会場表記のない講座等は、大塚公民館で開催します。
- 申込時にいただいた個人情報は、事業運営の目的以外には使用しません。
- 高齢者いきいき活動ポイント対象事業はのマークです。

大塚公民館

●住所 〒731-3167 広島市安佐南区大塚西六丁目3番2号

●☎ 082-849-1841 FAX 082-849-1842

●e-mail [ozuka-k@cf.city.hiroshima.jp](mailto:ozuka-k@cf.city.hiroshima.jp)

●ホームページ <http://www.cf.city.hiroshima.jp/ozuka-k/>

●3/3までの休館日 火曜日(2/6,13,20,27)2/12(月),2/23(金)

●開館時間 午前8時半～午後10時

●受付時間 午前8時半～午後5時15分(木、金曜日は午後9時)

●図書館返却ポストの巡回日 2/16(金),3/1(金) ※前日までに返却

