



発行 (公財) 広島市文化財団 楽々園公民館・美隅公民館

- \* 定員のある講座の申込みについては先着順となります。
- \* 参加費のある講座について、申込み期間後の参加費の返還は準備の都合上できません。ご了承ください。また、参加費の記載がない講座は無料でご参加いただけます。
- \* 講座の申込みの際にお寄せいただいた情報は、個人情報として慎重に取扱い、事業の目的以外には使用いたしません。ただし、新型コロナウイルス感染症の拡大防止を図るため、必要に応じて保健所等の公的機関へ提供することがあります。

9月  
の  
休館日

1日(火)・8日(火)・15日(火)  
21日(月)・22日(火)・23日(水)  
24日(木)・29日(火)

開館  
時間

8:30~22:00  
窓口受付時間 8:30~17:15  
※木・金曜日は19:00まで

**いきいき** 高齢者いきいき活動ポイント事業について  
左のマークが表示されている講座は高齢者いきいき活動ポイントの対象です。ポイント手帳をお持ちいただくと押印いたします。

男女共同  
参画事業

## ボケとツッコミでひも解く! ジェンダーの?

(ハテナ)



兄妹の漫才コンビ「老人28号」の思わず笑顔になる漫才を楽しみながら、日常に潜むジェンダーバイアスを楽しく解き明かしていきます。

- 日 時 10月5日(月)  
10:00~11:00
- 場 所 楽々園公民館
- 出 演 老人28号  
(伊藤やんさん&マダム美代子さん)
- 対 象 どなたでも
- 定 員 30人
- 申込先 楽々園公民館へ



ジェンダーとは

性別とは異なり、社会通念や文化、歴史的背景によって形作られる「社会的・文化的」な性別のこと。



### 講師プロフィール

お笑いコンビ「老人28号」。2023年に結成された高齢者兄妹漫才コンビ。ボケ役で兄の「伊藤やん」とツッコミ役で妹の「マダム美代子」さんが繰り出す息の合ったコミカルな掛け合いと大胆なパフォーマンスは、各地で笑いを巻き起こしています。「老化より進化」をモットーに、M-1優勝を目指して精力的に活動中。



Nゲージ

実物の1/150の  
模型が走るよ!



SLから新幹線まで、美隅公民館から出発進行!

## 鉄道模型運行会

★運行日:10月3日(土)13:00~17:00  
4日(日)10:00~15:00  
(昼休憩)12:00~13:00

★場 所:美隅公民館

★入場料:無料

★申込み:不要

★協 力:鉄道友の会中国支部の皆さん

※ 模型車両の持込・参加者による運転体験はできません。あらかじめご了承ください。

混雑時は1時間毎の  
入替制/1人1日2回



美隅公民館駅

●公民館だよりは各町内会のご協力により配布させていただいています。

# 楽々園公民館

〒731-5136 広島市佐伯区楽々園五丁目8番32号  
電話 & FAX (082) 921-1404  
メール rakurakuen-k@cf.city.hiroshima.jp  
ホームページ http://www.cf.city.hiroshima.jp/rakurakuen-k/



ホームページ



会場の欄がないものは楽々園公民館で開催します。

## 子育てサロンぽっぽ 特別号 泣いても OK! ファミリーコンサート

0歳のお子さんから参加できるコンサートです。途中、泣いても、手拍子や体を動かしても大丈夫！音楽に合わせてみんなで楽しみましょう♪



日時 9月18日(金)  
10:00~11:00

出演 じょいん (バイオリン&ピアノ)  
対象 親子またはご興味のある方

当コンサートは演奏中に、こどもが泣いたり、立ち歩くことがございます。ご了承の上、お申し込みください。

定員 30人  
申込先 楽々園公民館  
協力 五日市西地区民生委員児童委員協議会、母親サークル



### 演奏者プロフィール

こども向け音楽ユニット「じょいん」。同級生で結成。こども好きなメンバーがバイオリンやピアノを使ってワクワクする演奏をお届けします。

## 秘湯・名湯 源泉かけ流し温泉物語



全国的に見るとマイナーな中国・四国地方の温泉ですが、実は非常に魅力的な温泉が多いことをご存じですか？意外に知らない地元の温泉の奥深さや楽しさをご紹介します。



日時 10月2日(金)  
10:00~11:30

講師 中野 一行さん  
(フォトグラファー/温泉ソムリエ)  
対象 どなたでも  
定員 40人  
申込先 楽々園公民館



### 講師プロフィール

数々の雑誌やメディアの製作に携わるフォトグラファーであると同時に、中四国 400 箇所以上の温泉に入り、温泉の魅力を知り尽くす温泉マニア。「温泉ソムリエ」をはじめ「温泉入浴指導員」の資格を保持。

## 歌でつないだカザフスタンとの交流



かつて世界最大の核実験場があり、今なお放射線被害が続くカザフスタン。現地の核実験反対の歌「ザマナイ」を縁に、シンガーの莉呼さんが現地の人々と重ねた温かい交流の物語を語ります。



日時 9月7日(月)  
10:00~11:30

講師 シンガー 莉呼さん  
対象 どなたでも  
定員 30人  
申込先 楽々園公民館へ



### 講師プロフィール

シンガー。劇団四季で活躍の後、音楽と被爆体験朗読を通して平和の大切さを伝える活動を続ける。2016年、カザフスタン共和国ナザルバエフ大統領の前で反核の歌「ザマナイ」を歌唱。歌声で、「いのち」と「平和」を届けている。

### らくらくロビー展

公民館にお立ち寄りの際は、ぜひご覧ください。

= 楽々園小学校 =

わたしたちのまち  
みんなのまち

小学3年生が、わたしたちの暮らす地域の様子などを、実際にまちを探検する中で学びました。

期間 9月3日(木) ~ 27日(日)

= 楽々園児童館放課後児童クラブ =

たんぽぽ  
夏の作品展

放課後児童クラブのこどもたちが作成した個性あふれる作品の数々を展示します。

期間 9月2日(水) ~ 17日(木)

### 楽々園公民館職員異動のお知らせ

よろしくお願いいたします。

公民館専門員 中岡 あけみ【8月から新規】

引き続きよろしくお願いいたします

館長 大塚 勝利  
社会教育主事 成末 雅道  
主事 古橋 健



# みすみ 美隅公民館

E-mail misumi-k@cf.city.hiroshima.jp

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

〒731-5137

広島市佐伯区美の里

二丁目1番25号

TEL・FAX 923-0622



LINE



サンショくん

おつきさま、み  
つけた！  
まんまるお月  
さまに、かわい  
いおだんご♪  
十五夜を楽し  
みながら、秋の訪  
れを感じてみま  
せんか？

●会場の欄がないものは美隅公民館で実施します。駐車スペースがないため、公共交通機関、自転車等でお越しください。

いき  
いき

## エコクッキング講座

### 今からが旬の

### “さつまいも”クッキング

秋から冬が旬のさつまいも。ビタミンCや食物繊維も豊富です。皮もきんぴらにして無駄なく丸ごと使います。キムチ粕汁は酒かすパワーで体もぽかぽか温まります。



#### メニュー

- ★おさつのみそごはん
- ★さつまいものサラダ
- ★根菜のキムチ粕汁
- ★鬼まんじゅう
- ★皮のきんぴら

【日 時】 10月7日(水) 10:00~13:00

【講 師】 大倉 由美さん(広島県栄養士会 栄養士・フードコーディネーター)

【対 象】 成人(12人)

【参加費】 1,000円

【持参物】 エプロン、三角巾、布巾、マスク

【申込先】 美隅公民館へ。受付後9月30日(水)までに、参加費を公民館へお持ちください。

※10月1日(木)以降のキャンセルは返金できません。



## 親子で保育園体験 保育園へ行こう！



【日 時】 10月14日(水) 9:45~10:30

【内 容】 園児と一緒に遊ぼう&質問・相談コーナー

【場 所】 美の里保育園(美隅公民館ではありません。)

【対 象】 1、2歳の未就園児とその保護者

【定 員】 各3組(年齢ごと)

【持参物】 飲み物、タオル

【申込先】 美隅公民館へ

【共 催】 美の里保育園



## 美隅公民館公式 LINE

公民館だよりや、講座等の情報をお知らせしています。是非登録を！！



いき  
いき

## みんなの音楽会

### ～音楽がつなぐ新しい出会い～

障害のある方もない方も一緒に  
楽しめる音楽の時間です。



### プログラム(予定)

WELCOME!

- ♪ 自閉症の方の演奏
- ♪ 地域の方の歌や演奏
- ♪ 歌のステージ
- ♪ みんなでできる健康体操
- ♪ 音楽セッション
- ♪ みんなで歌おう！

【日 時】 9月13日(日) 14:00~16:00

【対 象】 どなたでも (こどもから大人まで大歓迎！)

【場 所】 楽々園公民館

(美隅公民館ではありません。  
お車での来場はお控えください。)

【定 員】 60人

【申込先】 美隅公民館

【主催・問合先】 楽々園学区社会福祉協議会  
☎090-5694-2312  
美隅公民館



## 美隅公民館ロビー展

### 「美の里子ども書道作品展」

美隅公民館学習グループ  
「美の里子ども書道教室」  
の皆さんの作品を展示  
します。

力作をご覧ください。

期 間 9月2日(水)  
～9月27日(日)



# 地域情報 BOX

○ 佐伯区スポーツセンターからのお知らせ

## イベント情報「佐伯区シニアスポーツデー」

- 日 時 9月21日(月・祝) 8:30~21:30
- 場 所 佐伯区スポーツセンター
- 内容・対象
  - 【内容①】 個人利用無料開放(65歳以上の方)
  - 【内容②】 かんたんフレイルチェック(概ね50歳以上の方)
- 参加費 無料(窓口で年齢が確認できる公的証明書の提示)
- 問合せ 佐伯区スポーツセンター(082-924-8198)

○ 佐伯区民文化センターからのお知らせ

## 参加者募集

### 「敬老の日スペシャル 手作りプレゼント工作教室」

- 日 時 9月6日(日)
  - ① 10:00~11:00
  - ② 11:30~12:30
- 場 所 佐伯区民文化センター
- 対 象 幼児・小学生
- 定 員 各回20人(保護者同伴)※ 空きがあれば当日参加可
- 参加費 1個300円、2個500円(プレゼントラッピング付き)
- 申込方法 佐伯区民文化センター窓口または電話、FAXで
- 問合せ 佐伯区民文化センター(082-921-7550)

○ 公民館まつりふれあいフェスタ実行委員会からのお知らせ

## 公民館まつりふれあいフェスタを開催します

今年度の楽々園・美隅公民館まつり(第45回公民館まつりふれあいフェスタ)は、下記のとおり開催することとなりました。詳しくは次号に掲載いたします。



- 日 時 10月25日(日) 9:30~14:00
- 主 催 第45回公民館まつりふれあいフェスタ実行委員会  
楽々園公民館、美隅公民館

○ 広島市公民館からのお知らせ

## 公民館の木・金曜日の受付時間が変わりました

令和8年8月1日から、窓口業務(公民館使用承認申請書受付(仮予約含む)、印刷サービス、主催事業申込受付など)の受付時間が下記のとおり変更となりました。

| 曜日     | 変更前(7月まで)  | 変更後(8月から)  |
|--------|------------|------------|
| 毎週 木・金 | 8:30~21:00 | 8:30~19:00 |

- ※ 他の曜日の受付時間(8:30~17:15)は、これまで通りで変更はありません。
- ※ 開館時間(8:30~22:00)の変更はありません。



楽々園学区の地域活動に参加しませんか？



### 地域食堂

| 活動名       | 日時・会場                         | 内容【参加費】                       | 申込等                       |
|-----------|-------------------------------|-------------------------------|---------------------------|
| レインボー地域食堂 | 第3土曜日<br>10:45~13:00<br>美隅公民館 | 食事と遊び<br>【こども100円<br>おとな200円】 | 問合せ：大原<br>(090-5694-2312) |

### いきいきサロン

| サロン名                      | 日時・会場                             | 内容【参加費】                       | 申込等                                             |
|---------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------------------|
| 楽々園サロン                    | 第2木曜日<br>13:30~15:00<br>楽々園公民館    | これから手帳・歌<br>【無料】              | [申込不要]                                          |
| 歌ごえサロン<br>潮さい             | 第4月曜日<br>13:30~15:30<br>楽々園公民館    | 生伴奏に合わせた歌謡曲やフォークソングの歌唱【100円】  | [申込不要]<br>※持参物：歌本・マスク・飲み物<br>楽々園学区にお住まいの方が対象です。 |
| ほっとサロン<br>美の里             | 9月18日(金)<br>13:30~15:30<br>美隅公民館  | お楽しみ会<br>【200円】               | [申込不要]                                          |
| 美の里一丁目<br>いきいきサロン<br>オアシス | 第3木曜日<br>13:30~15:30<br>隅の浜・美の里会館 | ポッチャ(室内スポーツ)【200円】            | [要申込]<br>※持参物：飲み物                               |
| いきいきサロン<br>若菜会            | 第2月曜日<br>13:00~16:00<br>美隅荘       | 百人一首など<br>【無料】                | [要申込]                                           |
| いきいきサロン<br>新生会            | 第2金曜日<br>13:30~15:00<br>隅の浜会館     | モルックを楽しむ<br>講師：岡島先生<br>【200円】 | [要申込]                                           |
| いきいき健康体操<br>ファイト          | 第2・4火曜日<br>13:30~15:00<br>隅の浜会館   | 脳トレと簡単な体操<br>【100円】           | [申込不要]<br>※持参物：飲み物                              |
| カミナリゴロゴロ                  | 第3火曜日<br>13:30~15:30<br>平林宅       | 茶話・談笑を中心に<br>【無料】             | [要申込]申込先：平林<br>(090-5376-1650)                  |
| しらさぎカフェ                   | 第2土曜日<br>13:00~16:00<br>しらさぎビル    | 認知症カフェ<br>スリーA 認知症予防ゲーム【100円】 | [要申込]申込先：安井<br>(924-1233)                       |
| あさがおの会                    | 9月5日(土)<br>10:00~11:00<br>隅の浜会館   | 音楽を楽しんで(認知症予防)【200円】          | [要申込]                                           |

### なんでも相談

| 活動名    | 日時・会場                         | 内容              |
|--------|-------------------------------|-----------------|
| きんさい広場 | 第1金曜日<br>13:30~15:00<br>美隅公民館 | なんでも相談<br>スマホ指導 |

### 百歳体操 (倶楽会・双樹・コスモスは定員に達しています。)

| サロン名          | 日時                                    | 会場【参加費】              |
|---------------|---------------------------------------|----------------------|
| 倶楽会           | 第1~4金曜日<br>13:00~15:00                | 楽々園公民館               |
| 双樹            | 毎週水曜日<br>13:30~15:00                  | 美隅荘                  |
| どんぐりの会        | 毎週火曜日<br>10:00~12:00                  | 隅の浜会館<br>[要申込]【100円】 |
| コスモス          | 第1~4月曜日<br>10:20~12:00<br>※21日(月)はお休み | 美隅公民館                |
| つながり<br>未来サロン | 第2日曜日<br>14:00~15:30                  | 楽々園公民館               |

### 子育てサロン

| サロン名・日時・会場                                                   | 内容・【参加費】等                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 子育てCafeスマイル<br>9月4日(金)<br>10月2日(金)<br>各10:00~12:00<br>楽々園公民館 | 9月：子育て支援員と親子あそび/ティータイム<br>【100円・先着10組】<br><br>10月：お楽しみ会/ティータイム<br>【100円・先着10組】<br><br>申込先：谷本<br>(090-1352-4630)<br>持参物：飲み物、子どものおやつ |

※主催は楽々園学区社会福祉協議会です。※高齢者いきいき活動ポイント手帳をお持ちの方はご持参ください。  
※[要申込]のサロンについては美隅公民館へお問い合わせください。※都合により、予定は変更となる場合があります。