



楽々園・美隅  
公民館

わくわく

No.278  
情報

6  
月号



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。

6月  
の  
休館日

3日(火)・10日(火)  
17日(火)・24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21:00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。

# こどもあそびクラブ カラダを動かせ! 公園あそび

日時 6月29日(日) 14:00~16:00

場所 楽々園第二公園(雨天時は楽々園公民館)

講師 青少年育成支援サークル「チーム埋蔵金」の皆さん

対象 小学生 定員 20人

※未就学児の場合は、小学生のきょうだいと一緒に参加していただき、保護者の同伴をお願いします。

持参物 飲み物、帽子、タオル、動きやすい服装

申込み 楽々園公民館へ

鬼ごっこやカードじゃんけんなど、外でもいっきりカラダを動かしてあそぼう!

雨のときは部屋でカラダを動かすよ!



## あそびスタッフ 大募集!

チーム埋蔵金と一緒にイベントを盛り上げてくれるスタッフを募集します!簡単な準備やお手伝いをするよ!



日時 6月29日(日)

13:00~16:30

※参加できる時間だけでも大歓迎です!

対象 小学5・6年生と中学生

持参物 飲み物、帽子、タオル、動きやすい服装

申込み 楽々園公民館へ

~心と体を整える~

〈全3回〉

**いきいき** セルフケア **YOGA** 講座

体の歪みは色々な不調を引き起こします。まずは今の自分を知り、歪みを意識して正しい位置へ戻すセルフケアを学びませんか?各回ごとの参加も可能です。

第1回 7/3 (木)

10:30

第2回 7/10 (木)

~12:00

第3回 7/17 (木)



場所 美隅公民館 研修室

講師 ヨガインストラクター 野村 美鈴さん

対象 どなたでも 定員 12人

持参物 ヨガマット又はバスタオル、タオル、飲み物  
※動きやすい服装でお越しください。

※会場の床はPタイルです。ヨガマットをバスタオルで代用される方は複数枚お持ちください。

申込み 美隅公民館へ



楽しく学ぼう!

年金・介護・医療 etc の現状

~知っておきたい

社会保障の仕組みとキホン~

「年金はいくらもらえるの?」「高額療養費制度とはなに?」「家族が認知症になった時の手続きは?」など高齢期にはさまざまな心配事がありますね。

この講座で公的社会保障のキホンを楽しく学びましょう!

日時 7月16日(水) 10:00~12:00

場所 美隅公民館

講師 J-FLEC 講師 倉橋 孝博さん

対象 どなたでも 定員 20人

持参物 筆記用具 申込み 美隅公民館へ

●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。

# 地域情報 BOX

## 令和7年度広島市交通安全運動推進隊大会で受賞

隅の浜地区の平林さんと美の里地区の大原さんは長年献身的に交通安全活動に従事してられました。平林さんは7年以上勤続の市長表彰を、大原さんは5年以上勤続の会長表彰を受賞されました。おめでとうございます。



平林 勝恵さん

地域の皆さんの笑顔で今日まで続けてられました。これからも地域の交通安全・事故防止に努めます。



大原 武久さん

皆様のご協力とご支援・ご指導のおかげです。今後も交通事故をなくす運動の推進に尽くして参ります。

## 広島市企画総務局区政課からのお知らせ マイナンバーカード出張申請サポート

マイナンバーカードの申請をサポートします。  
予約不要。写真撮影無料。



- 日 時 6月28日(土)・29日(日) 10:00~17:00
- 場 所 楽々園公民館 会議室
- 持参物 二次元コード付き交付申請書(なくても手続可)
- 対 象 初めてカードの申請をする方
- 問合せ 広島市マイナンバーカード出張申請窓口  
(Tel 0120-239-651)

※外出が困難な方についてはご自宅等にご来て申請サポートをいたします。上記問合せ先までご相談ください。  
出張申請サポートに関する詳細は、右の二次元コードから確認することができます。



## 第11回佐伯区紙芝居まつり

佐伯区で活動しているグループ等が紙芝居の上演を行います。



- 日 時 6月15日(日) 13:00~15:00
  - 場 所 五日市公民館 ホール1  
(広島市佐伯区新宮苑 11-14)
  - 主 催 佐伯区紙芝居まつり実行委員会
  - 問合せ 五日市公民館 (Tel 922-8333)
- ※駐車場に限りがありますのでなるべく公共交通機関をご利用ください。



## 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>10:00~13:00<br>美隅公民館 | 食事・竹トンボ作り<br>【こども 100円<br>おとな 200円】 | [要申込]<br>右記二次元コードから申込みできます。<br>問合せ: 大原 (090-5694-2312) |

### 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 | なんでも相談広場 |

### 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      | 食育講座<br>「チーズの話」<br>【無料】                       | [申込不要]                        |
| 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<br>マスク・飲み物 |
| ほっとサロン 美の里          | 第3金曜日<br>13:00~15:30<br>美隅公民館       | 映画の上映(予定)<br>【200円】                           | [申込不要]                        |
| 美の里一丁目 いきいきサロン オアシス | 第3木曜日<br>13:30~15:30<br>隅の浜・美の里会館   | 大正琴の演奏(なぎさ会)<br>【200円】                        | [要申込]                         |
| いきいきサロン 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 新生会         | 第2金曜日<br>13:30~15:00<br>隅の浜会館       | 防犯講習会<br>「ストップ詐欺被害」<br>講師: 佐伯警察署<br>生活安全課【無料】 | [要申込]                         |
| いきいき健康体操 ファイト       | 第2・4火曜日<br>13:30~15:00<br>隅の浜・美の里会館 | 脳トレーニング、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         | 認知症カフェ<br>【100円】                              | [要申込] 申込先: 平林 (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>【無料】                                | [要申込] 申込先: 安井 (924-1233)      |

### 百歳体操 (咲楽会・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】                                     |
|-------------|------------------------|---------------------------------------------|
| 咲楽会         | 毎週金曜日<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 | 美隅公民館                                       |
| サロン ケアレジデンス | 毎週火曜日<br>14:00~15:00   | ケアレジデンス楽々園<br>問合せ先<br>ケアレジデンス楽々園 (943-8686) |

### 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>6/6(金)<br>7/4(金)<br>10:00~12:00<br>楽々園公民館 | 子育て支援員と親子遊び(6月)<br>身体測定・ティータイム(7月)<br>【100円】 先着 10組<br>申込先: 佐川 (921-1060)<br>※持参物: 飲み物<br>子どものおやつ<br>母子手帳(7月)<br>※3歳未満の子どもさんと一緒にご参加いただけます。 |

※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楽々園公民館と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。