



発行 (公財) 広島市文化財団 楽々園公民館・美隅公民館	3月の休館日 3日(火)・10日(火) 17日(火)・20日(金・祝) 24日(火)・31日(火)
* 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。	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。	



コーヒー豆のお土産付き

いきいき いっしょに楽しむコーヒー講座

仕事や家事で忙しくても、ほっと一息つく時間が欲しいですよね。自分や大切な人に美味しいコーヒーはいかがでしょうか。今回は、参加いただいた皆様に2種類のコーヒーを淹れる体験をしていただきます。

- 日時 3月22日(日) 14:00~15:30
- 場所 楽々園公民館
- 講師 公民館活動グループ「えびしおカフェ」
- 対象 どなたでも
- 定員 9人
- 参加費 700円(材料代)
- 持参物 筆記用具、ふきん
お持ちの方はドリッパー、サーバー
- 申込み 楽々園公民館へ。受付後、3月19日(木)までに参加費を公民館へお持ちください。



〔講師の紹介〕 広島演芸協会会長。
 国民文化祭、けんみん文化祭、全日本社会人落語選手権などで優勝・入賞歴多数。
 広島市他の公民館にて、高齢者大学での落語の口演をはじめ、年間数回の独演会(てい朝の落語をぶつ会、広島市南区民文化センター)での「話芸に親しむ(年4回)など、年間100ヶ所以上で口演。



いきいき 人権落語口演会

いよいよ春本番! 落語の笑いを通して、生きる喜び、希望を体感しましょう。
 合わせて人権についても学びます。

日時 3月26日(木) 10時~11時30分
 場所 美隅公民館
 講師 秋風亭 てい朝 さん
 内容 人権とは
 落語「井戸の茶碗」ほか
 対象 どなたでも 定員 25人
 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

佐伯区スポーツセンターからの お知らせ

あつまれ！スールキッズ

アクアヌードル・フラフープ等を使って、遊びながら水慣れを行います。



- 日 時 3月28日(土) 15:30~16:30
- 場 所 佐伯区スポーツセンター プール
- 対 象 水慣れを希望する小学生
- 定 員 12人 ■参加費 600円
- 申込み 3月1日(日)9:00から
電話または直接窓口にて受付(先着順)

楽々園公民館活動グループ 体験学習会のお知らせ 「おやこ DE 音楽あそび♪」



講師2人によるピアノにあわせて手遊び、ボールフープ、工作をします。
子どもたちの団体行動の一步にもなっています。

- 日 時 3月13日(金) 9:50~10:40 (1才半~)
10:50~11:30 (6カ月~)
- 場 所 楽々園公民館
- 参加費 750円 ■対 象 未就学児
- 定 員 6カ月~:7組 1才半~:10組
- 持参物 上履き(1才半~のみ)
- 申込み 楽々園公民館へ

い き き レッツ！ スポーツリズムトレーニング

音楽に合わせて手足を動かし、脳の活性化と怪我予防に繋がります。

- 日 時 3月4・11・18・25日(水) 13:30~14:30
- 場 所 佐伯区スポーツセンター 会議室
- 対 象 18歳以上
- 定 員 各20人
- 参加費 各600円
- 申込み 開催当日13:00から窓口にて受付(先着順)



あつまれ！スポーツキッズ

マット運動等、いろいろな運動に挑戦して体力づくりのきっかけに。

- 日 時 3月21日(土) 9:30~11:00
- 場 所 佐伯区スポーツセンター 小体育室
- 対 象 小学生
- 定 員 24人 ■参加費 600円
- 申込み 3月1日(日)9:00から
電話または直接窓口にて受付(先着順)
- 問合せ 佐伯区スポーツセンター
(TEL 924-8198)



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 10:00~13:00 美隅公民館	食事 【こども100円 おとな200円】	[要申込] 右記二次元コードから 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 13:30~15:00 美隅公民館	なんでも相談 スマホ指導

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 13:30~15:00 楽々園公民館	大正琴と手品 【無料】	[申込不要]
歌ごえサロン 潮さい	第4月曜日 13:30~15:30 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] ※持参物:歌本・マスク・飲み物 楽々園学区にお住まいの方が対象です。
ほっとサロン 美の里	3月はお休みです		
美の里一丁目 いきいきサロン オアシス	第3木曜日 13:30~15:30 美隅公民館	低栄養を防ぐ調理実習 講師:地域包括支援センターより 【200円】	[要申込]
いきいきサロン 若菜会	第2月曜日 13:00~16:00 美隅荘	百人一首など 【無料】	[要申込]
いきいきサロン 新生会	第2金曜日 13:30~15:00 隅の浜会館	新年度の計画、その他 【無料】	[申込不要]
いきいき健康体操 フィット	第2・4火曜日 13:30~15:00 隅の浜・美の里会館	脳トレーニング、 簡単な体操 【100円】	[申込不要] ※持参物:飲み物
カミナリゴロゴロ	第3火曜日 13:30~15:30 平林宅	茶話会・談笑を中心に 【無料】	[要申込]申込先:平林 (090-5376-1650)
しらさぎカフェ	第2土曜日 13:00~16:00 しらさぎビル	認知症カフェ 認知症サポーター講座 【100円】	[要申込]申込先:安井 (924-1233)
あさがおの会	第4土曜日 10:00~11:00 隅の浜会館	断捨離講座 【200円】	[要申込]

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 13:00~15:00 ※20日(金)は お休みです	楽々園公民館
双樹	毎週水曜日 13:30~15:00	美隅荘
どんぐりの会	毎週火曜日 10:00~12:00	隅の浜会館 [要申込]【100円】
コスモス	第1~4月曜日 10:20~12:00	美隅公民館
未来図サロン	第2日曜日 14:00~15:30	楽々荘

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 3/6(金) 4/3(金) 10:00~12:00 楽々園公民館	お楽しみ会(3・4月) 【100円】先着10組 申込先:谷本 (090-1352-4630) ※持参物:飲み物 子どものおやつ ※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。