

★ 子育て応援！「かるがも広場」

日 時：6月13日（金）10:00～11:30
内 容：ハワイアンリトミックを楽しもう
★最初におもちゃ遊びの時間（10:00～10:30）
を設けています。10:30 までにご来場ください。
講 師：ハワイアンリトミック&フララolulū（オルオル）主宰浦上 佳奈 さん
定 員：15組（当日受付・先着順）
持参物：水分補給用の飲み物、動きやすい服装
※首が据わってからご参加いただけます。

★ 宇品子育て広場 ブーフーウー

日 時：5月15日（木）10:00～11:30
6月19日（木）10:00～11:30
内 容：絵本の読み聞かせ、遊具での遊び、
情報交換など
場 所：宇品老人いこいの家1階（☎254-9177）
定 員：15組（当日受付・先着順）
主 催：宇品西地区民生委員児童委員協議会
宇品西地区社会福祉協議会

★ カルちゃんクラブとスマイル広場

日 時：5月16日（金）10:30～11:30
6月20日（金）10:30～11:30
内 容：絵本の読み聞かせ、わらべうた、情報交換など
※時間内出入り自由です。気軽に遊びに来てください。

★ おはなしカルちゃんクラブ

申 込：不要（当日受付）
主 催：おはなしカルちゃんクラブ

展示 宇品公民館1階 ロビー展示のご案内



マリン・アシスタント広島写真展「広島港で会えた船」	期 間：～ 5月10日(土)まで
宇品公民館学習グループ作品展「にがお絵教室作品展」	期 間：5月14日(水)～ 5月25日(日)
「日本画同好会作品展」	期 間：5月28日(水)～ 6月 8日(日)
「ハガキ絵とまと作品展」	期 間：6月12日(木)～ 6月23日(月)

地域の取組み うじなこども食堂 かもめ

日 時：5月11日（日）10:30～13:30
6月 1日（日）10:30～13:30
参加料：子ども無料、大人300円（食事は先着65食（予定））
主 催：うじなこども食堂の会
協 力：宇品西地区社会福祉協議会
宇品西地区民生委員児童委員協議会 ほか
問合せ：開催（配布）時間等、詳しい内容については、
090-3743-3216 高山 さんまで

図書 広島市立図書館で借りた本は 広島市公民館で返却できます。

※各区図書館、中央図書館、こども図書館、まんが図書館など

宇品公民館
返却ポスト
回収予定日

5月17日（土）・31日（土）
6月14日（土）・28日（土）

返却期限を確認して、回収予定日の前日までに、
みどりの返却ポストへ投函してください。

宇品公民館だより「いきいきうじな」は・・・

- ・宇品中学校区内の各町内会のご厚意により配付いただいております。
- ・発行は、4月、6月、8月、10月、1月の、各月末ごろを予定しています。
- ・お寄せいただいた個人情報は、事業に関する目的以外には使用いたしません。
- ・「開催場所」記載のない場合は宇品公民館が会場です。
- ・「参加費」記載のない場合は無料です。
- ・「カラー版」宇品公民館ホームページへ掲載。宇品公民館LINE公式アカウント・公式Xでの配信もあります。
- ・広島市高齢者いきいき活動ポイント対象事業です。



いきいきうじな



宇品公民館LINE
公式アカウント

編集・発行（公財）広島市文化財団 宇品公民館 休 館 日 4月 火曜日、30日（水）
〒734-0015 広島市南区宇品御幸四丁目1番2号 5月 火曜日、3日（土・祝）5日（月・祝）、7日（水）
TEL/FAX（082）253-2529 6月 火曜日
E-mail ujina-k@cf.city.hiroshima.jp
HP http://www.cf.city.hiroshima.jp/ujina-k/

開館時間 8:30～22:00
受付時間 月・水・土・日 8:30～17:15 ※木・金 8:30～21:00

●講座のお申込みは、申込み開始日の9:00から電話または来館にて受け付けます。（来館優先）

いきいき講座 \ 楽しく学んでみませんか /

第2回 あなたも持ってる!? デジタル遺産 管理術

日 時：5月23日（金）10:00～12:00
内 容：デジタル遺産とは？特徴や問題点・整理し
ておくべきポイントを学びます。
講 師：デジタル庁デジタル推進委員
杉浦 透 さん
申込み：5月1日（木）から
対 象：概ね60歳以上で興味のある方
定 員：30人（先着順）
持参物：いきいき活動ポイント手帳（お持ちの方）、
筆記用具（消しゴム）



第3回 高齢者のための健康尺八 ～深い呼吸により健康生活を続けましょう～

日 時：6月27日（金）13:30～15:00
内 容：尺八演奏と健康のお話し
出 演：山本 観山 さん（尺八）
清川 紗衣 さん（箏）
申込み：6月2日（月）から
対 象：概ね60歳以上で興味のある方
定 員：60人（先着順）
持参物：いきいき活動ポイント手帳（お持ちの方）、
スリッパ等の上履き、脱いだ靴を入れる袋、



いきいき講座特別編 うじな健康アップ教室

日 時：6月18日（水）10:00～11:30
内 容：専門家が伝える栄養摂取と運動のお話し
講 師：医療法人社団 飛翔会 寛田クリニック
トレーナー 平石 珠奈 さん



申込み：5月1日（木）から
対 象：興味のある方
定 員：40人（先着順）
持参物：いきいき活動ポイント手帳（お持ちの方）
飲み物、動きやすい服装、
共 催：宇品・似島地域包括支援センター
広島市南保健センター

【企業団体等との連携講座】ヤクルトによるリユース教室 はじめての「メルカリ」体験会

日 時：7月4日（金）10:00～11:30
内 容：メルカリの始め方～出品から発送まで～
講 師：ヤクルト山陽社員
リユースチーム専任講師
申込み：6月2日（月）から
対 象：スマートフォンの基本操作が可能で、事前に
「メルカリ」アプリのインストールができる方
定 員：15人（先着順）※見学のための希望の方も
5名程度受け付けます。（先着順）

ご自宅で使わなくなったり眠っているモノを捨てる前に
「メルカリ」に出品してみませんか。

持 参 物：いきいき活動ポイント手帳（お持ちの方）、
筆記用具、「メルカリ」アプリが入った
スマートフォン、出品したい物を1品
事前準備：メルカリアプリのインストールと会員登録は
済ませてご参加ください。（インストールがう
まくいかない場合は体験当日の9:30にお
越してください）

共 催：㈱ヤクルト山陽

