



# 大野東市民センターだより

令和7年7月1日発行 No.42

## 7・8月号

〒739-0414 廿日市市宮島口東二丁目12番5号 大野東市民センター

TEL 0829-56-1013

開館時間 9:00~21:30

FAX 0829-56-3312

※施設使用申請受付 平日の9:00~17:00

URL <https://www.city.hatsukaichi.hiroshima.jp/site/onohigashisc/>

ホームページはこちらから



## あの日を想う～写真とことばでたどる夏～ ー戦後80年 つながる平和 広がる未来ー

戦後80年を迎えるこの夏。写真でたどる原爆の記録と、被爆体験を聞いた高校生が描いた絵を展示します。世代や時代をこえて「あの日」を想い、今を生きる私たちが平和について考えるきっかけとなれば幸いです。どうぞお気軽にお立ち寄りください。



期間 8月4日(月)～  
8月17日(日)

協力 新日本婦人の会 廿日市支部

### 朗読会 ～絵本がつなぐ あの日と今～

平和や戦争にまつわる絵本を通して、あの日のこと、そして、今を静かに見つめ直す朗読会を開きます。



とき 8月7日(木) ①10:30~11:30  
②13:30~14:30

ところ 大野東市民センター

対象 どなたでも ※子どもさんも一緒にどうぞ

定員 各回10名程度

申込み お電話もしくは申込フォームから



## ひとりで抱えない介護の時間 ～学んで話して、心が軽くなる6つのヒント～

介護が始まると、知らないことや不安なことがたくさん出てきませんか。ちょっとした介護の知識を学んだり、同じ立場の人とおしゃべりしたり、ムリなく、ほっとできる時間を大切にしたいプログラムです。介護真っ最中の人、これからのために知っておきたい人も、興味があるテーマだけ参加してもOK。ちょっと聞いて安心、話してホッとすると、そんな時間を、いっしょに過ごしましょう。

回	日時	テーマ	お話しくださる人たち	当日の様子
1	～終了しました～	気持ちに寄り添う、介護技術 ～動かし方は「感じること」から始まる～	もみじケア株式会社	
2	8月26日(火) 10:30~12:00	認知症の理解とやさしい関わり	もみじケア株式会社	
3	10月23日(木) 10:00~13:00	介護における食事のポイントと 簡単レシピ	山陽女子短期大学 准教授 吉村 真奈美さん	

第4回以降の予定 ※日程は決まり次第お知らせします。

4	12月	介護経験者の話を聞いてみよう	
5	1月	介護者の心と体を守る セルフケア	広島大学 講師 認定作業療法士 金子 史子さん
6	2月	施設を考えると 知っておきたいこと	廿日市高齢者ケアセンター 施設長 小野 誠之さん

ところ 大野東市民センター  
定員 各回30人程度  
申込み お電話もしくは  
申込フォームから



## いつでも募集中！ ー大野東市民センターメンバーシップー

これまでに培ってきた経験やスキル、そして「ちょっとやってみたいな」という気持ちを、まずは市民センターで生かしてみませんか？

「子育ての経験を生かしたい!」「自分の好きなことを、地域の人と分かち合いたい!」

「空いた時間に、ちょっとだけ関わってみたい!」そんな思いを持つ人を、募集しています。

市民センターは地域の「ラーニング&アクティブセンター」。

みんなが、教える人にも学ぶ人にもなれる場所です。まずはお気軽にお問い合わせください。

活動の様子



応募はこちらから



メンバー シップ企画 **おとなの筆遊び**  
**筆文字で夏の絵葉書を描こう**

筆ペンを使って、自由な気持ちで味のある文字を描き、世界にひとつだけのオリジナル絵葉書をつくりまします。お習字の経験がなくても大丈夫。暑中見舞いや残暑見舞いとして、大切な人に送るのもおすすめです。筆や文字に触れる時間が、普段なかなか言葉にできない思いを伝えるきっかけになるかも。

と き **7月5日(土) 14:00~16:00**  
ところ 大野東市民センター 2階 工作室  
対 象 どなたでも※こどもさんも一緒にどうぞ  
講 師 船戸 香 さん  
参加費 200円 ※材料代として当日集めます。  
定 員 10人程度  
申込み お電話もしくは申込フォームから



メンバー シップ企画 **子育て中の食卓を応援!** **わちゃわちゃ ライブキッチン**

調理のコツや栄養のことなど、お料理の実演を見るだけで学べる大人気企画です。おかずのレパートリーが増え、子育て中の「おうちごはん」が楽しくなりますよ。

メニュー: なすと鶏肉のさっぱり甘酢おろし、豚バラとトマトのカレー炒め、ゴーヤの佃煮 ほか3品

と き **7月8日(火)**  
**10:30~13:30** ※ワンプレートランチ付き  
ところ 大野東市民センター 2階 調理実習室  
対 象 子育て中で毎日のお料理に悩んでいる人  
シェフ NPO 法人日本食育協会  
上級食育指導士 安部 美恵子 さん  
参加費 500円 ※材料代として当日集めます。  
申込み お電話もしくは申込フォームから



メンバー シップ企画 **元ナース「ますみさん」のよもやま噺**

自分に合う病院の選び方、お医者さんへの上手な聞き方など、長年、現場で働いていた元ナース「ますみさん」が、医療にまつわる素朴な疑問やお悩みにやさしくお答えします。気軽に参加してみませんか。

と き **8月20日(水) 13:30~15:00**  
ところ 大野東市民センター 2階 研修室4  
定 員 10人程度  
参加費 100円 (ワンドリンク代)  
申込み お電話もしくは申込フォームから



メンバー シップ企画 **大人のための読み語り**  
**音で味わう絵本の世界**

2か月に一度、静かに続いている「大人のための読み語り」は、大人だからこそ楽しめる絵本の世界へ旅をします。誰かに本を読んでもらう体験を自分のための小さなごほうびに、ぜひどうぞ。読んでほしい絵本があればぜひお持ちください!

と き **7月16日(水) 10:30~11:30**  
ところ 大野東市民センター 1階 キッズルーム  
定 員 10人程度 ※こどもさんも一緒にどうぞ  
参加費 100円 (ハンドドリップコーヒー代)  
申込み お電話もしくは申込フォームから



**みんなの助産師相談室@おおのひがし**

妊娠中や出産後の人の悩み、子育てに関する心配ごとなど、地域の助産師がまずは話をお聞きします。気軽におしゃべりしにきてください。

相談日 **7月3日(木) 10:00~12:00**  
ところ 大野東市民センター 1階 相談室  
相談員 みんなの助産所 代表助産師 小林 まりあ さん  
※申込フォームから予約できます。  
※オンライン相談もできます。  
※予約なしでもOKです。



**こどもの居場所** **7月10日(木) 15:00~17:00**  
※夏休み期間中はお休みです。

**おやこのおはなし会 ~おひざにだっこ~** **7月17日(木) 8月21日(木)**  
いずれも **10:00~30分程度**

**ひろしまおもちゃ病院 おおのひがし** **7月27日(日) 10:00~12:00**  
※8月はお休みです。

**暮らしの中での困りごとを相談してみませんか?**

ところ 大野東市民センター1階 相談室

相談無料  
予約不要

行政書士相談	心配ごと相談所	司法書士相談
相続・遺言や離婚、成年後見、空き家など	日常生活上の悩みごと、対人関係など	相続・登記など身近な法律相談
<b>7月11日(金)・8月8日(金)</b> <b>13:30~16:30</b>	<b>7月24日(木)・8月28日(木)</b> <b>13:00~16:00</b>	<b>7月22日(火)・8月26日(火)</b> <b>13:30~16:30</b>
廿日市市役所 人権・市民生活課 ☎0829-30-9147	廿日市市社会福祉協議会 大野事務所 ☎0829-55-3294	司法書士 野坂亮介事務所

手話通訳・要約筆記 大野東市民センター主催の講座等で手話通訳、要約筆記が必要な方は、各講座の3週間前までにご連絡ください。

**移動図書館 たんぼぼ号** 7月4日・7月18日  
8月1日・8月15日  
いずれも金曜日 14時10分~

**休館日** 7月21日(月・祝) 海の日  
8月11日(月・祝) 山の日

