



あじなだいしみんな

阿品台市民センターだより 5月号

がつごう

発行・編集 阿品台市民センター



阿品台地区の人口と世帯数 4月1日現在(前月比) 人口: **6,729人(-20)** 世帯:**3,314** 世帯(+2)

住所 〒738-0053 廿日市市阿品台四丁目1番41号

電話 **0829-39-4338** ファクス **0829-39-4368**

ホームページ <https://www.city.hatsukaichi.hiroshima.jp/site/ajinadaisc/>

開館時間 9:00~21:30(施設使用申請の受付時間 平日 9:00~17:00)

休館日 国民の祝日及び年末年始(12月29日~1月3日)

図書室 本の貸出し3冊・新刊は1冊まで・貸出期間(2週間)・自習できます。

今月の休館日

3日(日)憲法記念日

4日(月)みどりの日

5日(火)こどもの日



▲ホームページ

ちょっと寄っていきませんか?

「よりそい保健室」

~相談まるごとサポートデスク出張所~

どちらも相談無料
申し込み不要

ちょっと気になる自分や家族の「健康のこと」暮らしの中で「なんとなく心配なこと」など、ふらっと寄って話してみませんか? あなたの地区の保健師がそっと寄り添います。

月日	時間
5月27日(水)	13:30~15:00
7月22日(水)	13:30~15:00
9月30日(水)	13:30~15:00

お問い合わせ: Tel 0829(20)5175

「お気軽そうぞく相談ひろば」

心晴れやかコンシェルジュ(相談係2名)があなたのご来館をお待ちしております。

とき: **5月27日(水)**

13時30分~16時30分

(※9月はお休みします)



ところ: 阿品台市民センター 2階 第3研修室
(待合室あり)

内容: 相続・遺言・後見制度で気になること
悩んでいることを相談する。

主催: NPO法人ひろしま相続・後見サポートセンター

共催: 阿品台市民センター

歌って♪動いて、声と身体のいきいき講座

~心と身体が元気になる参加型健康づくり~ (全2回)

本講座は、参加者が「教わる側」ではなく「お互いの経験と知恵を認め合い、高め合う場」です。歌とリズム体操で心・声・身体をほぐし、テーマトークで自身の経験を語り合いながら、自分自身の元気につながることを体験します。

とき **6月3日(水)、6月17日(水)** 両日とも 10:00~11:30

ところ 阿品台市民センター 1階 大研修室

対象 どなたでも ※先着15名限定

持ち物 ①飲み物②フェイスタオル1枚

講師 むらかみ きょうこ
村上 恭子さん【博士(教育学)、元廿日市西高等学校教諭、
日本女子体育連盟ダンスムーブメント指導員】

申込み 5月13日(水)9:00から5月29日(金)17:00まで
(電話可 ☎0829-39-4338)

主催 阿品台市民センター



手話通訳
要約筆記

※阿品台市民センター主催の講座で手話通訳、要約筆記を希望される方は、各講座の3週間前まで
にご連絡ください。受付時間: 平日 9:00~17:00 電話: 0829-39-4338 ファクス: 0829-39-4368

健康づくり講座

申込要・参加費無料

「生活習慣チェンジで

健康チャージ！」

正しい食習慣や運動など、一緒に学びましょう

とき **5月29日(金)** 13:30~14:30

ところ 阿品台市民センター3階 第8研修室

講師 山口県東部ヤクルト販売(株)岩本 あや先生

対象 どなたでも (定員15名)

内容 生活習慣を見直す

申込み **5月13日(水)9:00から**
5月27日(水)17:00まで
(電話可 0829-39-4338)

主催 阿品台市民センター



初開催です！ ゆっくりご鑑賞ください！

いろは書道クラブ・紙芝居クラブ 福吉さんご夫妻の作品展

とき 4月下旬から5月末まで

ところ センター2階展示ケース

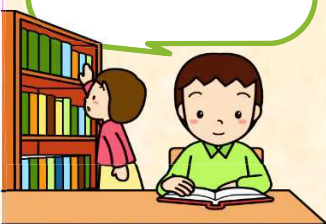


図書室 新刊 入りました！

本の名前

著者名等

1 『時間割男子①~④』	一ノ瀬 三葉
2 『今は始める人のための俳句歳時記 第3版』	角川書店 編
3 『宙(そら)わたる教室』	伊与原 新
4 『たまさかの古本屋 シマウマ書房の日々』	鈴木 創
5 『さよならジャバウオック』	伊坂 幸太郎
6 『時の家』	鳥山 まこと
7 『介護未満の父に起きたこと』	ジェーン・スー
8 『カフネ』	阿部 暁子
9 『103歳、名言だらけ。なーんちゃって』	石井 哲代
10 『老いはヤケクソ』	佐藤 愛子
11 『いちばんやさしい ChatGPT 超入門』	リンクアップ
12 『5回おったらできあがり!! はじめてのありがとう』	新宮 文明
13 『世界で一番わかりやすい 初心者さんのためのかぎ針レッスン』	寺西 恵里子



移動図書館車「たんぽぽ号」

今日は**5月8日(金)**巡回です

☆巡回日時 毎月第2金曜日 14時40分~15時
※玄関前に停車。

☆貸出冊数 図書10冊まで

☆返却期限 次の巡回日まで



📞 **4月10日**初めてのたんぽぽ号には・・**11人**来ていただきました。

ありがとうございます！
ただいま、たんぽぽ号の使い方を教えていただくとうと、講座を企画中です。
お楽しみにお待ちください。

阿品台市民センター よりお知らせ

クラブ代表者会議 及び

第1回市民センターまつり実行委員会

とき 5月12日(火) 13:30~

ところ 阿品台市民センター 1階 大研修室

内容 ●市民センターの利用について

○使用料の料金改定について

●第39回阿品台市民センターまつりについて



クラブ員募集

月曜ヨーガクラブ生
募集。 ☆ (0▽0) ☆

ヨガは健康維持と心身のリフレッシュ・ストレス解消に効果があると言われて

います。自分のペースでゆったりと行っています。

興味のある方、ぜひ体験してみませんか？

活動日時

第1・第3月曜日

10時15分~11時30分

月謝

月2,000円



【令和7年度図書室データ(前年度比)】

図書貸出総数	ご利用総人数
1,174冊 (+195)	3,370人 (+73)



毎月、図書ボランティアさんが図書室をきれいにしてくださって、早2年が経過しようとしています。

令和5年度から図書室のデータの掲載を始めましたが、令和5年度から令和7年度の2年間で、図書の貸出数は年間465冊増となり、図書室のご利用人数は年間1286人増となりました！

誠にありがとうございます。

🌸 お気軽にご相談ください 🌸 問い合わせ 地域包括支援センターはつかいち西部 ☎0829-30-9066

	めぐみカフェ	ここからカフェ	家族介護者のつどい	キララカフェ
とき	5月13日(水) 14:00~16:00	5月13日(水) 14:00~15:30	5月16日(土) 13:30~15:00	5月20日(水) 14:00~16:00
ところ	自然のめぐみキッチン (阿品台3丁目8-30)	ナタリーもみじビル 2階	廿日市高齢者ケアセンター	キララ薬局地御前店
内容	メモ帳づくり、和紙で かばんづくり、健康体操	「減塩の工夫について」トレーナー による健康 体操	「在宅介護とトイレ・排 泄」介護者同士悩み共有	薬剤師による薬の相 談、もの忘れ相談な ど
対象 参加費	どなたでも 100円	どなたでも 200円	家族介護者 100円	どなたでも 100円 マスク着用ご協力お 願います
予約	不要	不要	要: 0829-36-2552	不要 ※お車での 来館は事前連絡必要

サロン 夢あじな

「いきいき・かみかみ百歳体操」

☆健康増進のため参加してみても如何ですか。
必要な方には重りも準備しています。
体操終了後はサロンとしてお寛ぎください。

☆5月より参加者に行事保険をお掛けしますので、夢あじな参加料金を50円アップします。
ご了承方お願い申し上げます。

350円 ➡ 400円に値上げします。

と き：毎週木曜日 10:00～14:00
(但し第5週はお休みします)
百歳体操 10:30～11:30
ところ：阿品台市民センター1階 大研修室
★体操をされる方は飲み物をご持参の上、
10:30までにお越しください。

【5月度 夢あじなっ子食堂】

子どもの料理教室を主体とした、料理を作ってみながら楽しく食べる、こども食堂です。新規応募の方歓迎です。



【と き】5月23日(土)10:00～13:30

【ところ】阿品台市民センター3階 調理実習室

【参加費】100円/人(子ども)

【対象者】阿品台中学校区対象の児童・生徒
(中学校・東小・西小)

☆すでに参加申し込み済みの方はLineイベントにて参加、不参加の発信をしてください。

☆5月に初参加される方は5月18日(月)までに、市民センターにある応募用紙でお申込みください。

暮らしと学びの森

【5月の図書室】

「みんなの図書室」準備室からのお知らせ

5月の花「菖蒲」を折り紙で作って、絵本のコーナーに飾りました。ちょっと小さいけれど花の下の飾りは「兜(かぶと)」です。ぜひ近くで見てくださね



～まちの Gift-BOOKs～ ～本を補充しました～

時々、様子を見ながら本を補充しています。今回は児童書(小学生低学年～高学年向け)がたくさん集まったので、小学生のみなさんにも、本を手にとってもらえると嬉しいです。



～5月の活動日～

5月17日(日)13:30～
15:30 図書室・第1研

🎉新年度🎉あなたも一緒に、はじめてみませんか?みんなの図書室準備室～メンバー募集～

🌸ボランティア活動内容🌸 ・月に1回程度・本の整理や清掃・季節/行事の飾り付け・本のフィルムカバーかけ・学生さん(中高生)参加可能です。ご興味のある方は活動日に市民センターまでお越しください。

～おすすめ本の紹介～

「みえるとかみえないとか 作:ヨシタケシンスケ」



わたしたちの考える“あたりまえ”は、じつはあたりまえじゃないかもしれない?大人も、言われてみれば…と感じる、ヨシタケワールドの決定版。図書室にもあるので、大人にもぜひ読んで欲しい本です。

🎉地域・センターの5月行事予定🎉

7(木)	10:30～	いきいき・かみかみ百歳体操
8(金)	14:40～	移動図書館車「たんぽぽ号」巡回
12(火)	13:30～	クラブ代表者会議& 市民センターまつり実行委員会
14(木)	9:30～	子育て応援すくすくサロン
14(木)	10:30～	いきいき・かみかみ百歳体操
17(日)	13:30～	図書ボランティア
21(木)	10:30～	いきいき・かみかみ百歳体操
23(土)	10:00～	夢あじなっ子食堂
27(水)	13:30～	お気軽そうぞく相談ひろば
	13:30～	よりそい保健室
28(木)	9:30～	子育て応援すくすくサロン
	10:30～	いきいき・かみかみ百歳体操
29(金)	13:30～	ヤクルトさんの健康づくり講座

📊【図書室データ(前月比)】📊

	図書貸出数	ご利用人数
3月	131冊(+16)	297人(-4)