※広報「くまの」では、町民の皆さんのお宅に広報が届く期間を考慮して、おおむね毎月11日から翌月10日までのお知らせを掲載しています。

西防災交流センター

☎854－1673　FAX854－6199

筆遊び書き方教室

実生活で役立つ小筆の書を習ってみませんか。

テーマ：封筒やはがきの宛名書きに挑戦してみましょう

時10月８日㈫ 13:30～15:30

¥100円

持習字道具一式

定20人(要申込)

講師大地京子

歌声広場

なつかしい歌をにぎやかに歌い上げましょう。

時10月19日㈯　15:00～16:30

¥200円

持飲み物

講師高瀬幸之、寺田智子

たまひよクラブ（リトミック）

親子で一緒にいろいろな遊びを楽しみましょう。

時10月22日㈫　「お祭りをしよう」

たまごクラス　10:00～、ひよこクラブ　11:00～

対未就園児親子

たまごクラス(１歳前後)、ひよこクラス(２歳前後)

¥100円（初回のみ400円）

持運動のできる服装と靴（親子とも）

講師大竹美枝子、南村文

絵本のひろば

～コウモリと魔女が待っている絵本のおへやに、ようこそ～

ハロウィンの本をたっぷり楽しもう。カボチャランタンを目じるしに来てね。

※出席シールを集めると素敵なプレゼントがもらえるよ。

時10月26日㈯　12:00～13:00　対幼児～小学生

講師読み聞かせボランティア　子ぐま絵本の会

シルバーカレッジ　～ハッピーストレッチ～

介護の予防にもなる家でできるストレッチ体操を習ってみましょう。

時10月28日㈪　13:30～15:00

持運動のできる服装と靴、タオル、飲み物

定80人(要申込)

申事務室に参加申込書を提出（先着順）

講師健康運動指導士・介護予防運動指導士　大野都弥子

本deお茶会

「４ＴＥＥＮ」　石田衣良　新潮社

友情、恋、病気、死。出会ったすべてを精一杯に受けとめて成長してゆく14歳の中学生４人組。直木賞受賞の瑞々しい物語をお茶しながら味わってみませんか。

※読まずに参加も大歓迎です。(希望者に10冊貸出あり)

時11月２日㈯　13:00～14:30

講師読み聞かせボランティア　子ぐま絵本の会

東防災交流センター

☎854－4138　FAX854－3389

あかちゃんリトミック　～遊び探検隊～

音楽に合わせて親子で一緒に体を動かして楽しい時間を過ごしてみませんか。

時10月11日㈮、11月８日㈮　10:00～11:00

対未就園児親子（１～11か月）　¥100円／回

持バスタオル　定16組(要申込)　講師大竹美枝子、南村文

ふるさとハイキング（共催：阿戸公民館）

三石山（みついわやま）の自然や景観を楽しみながら、秋風に誘われてハイキングを楽しみませんか。

時11月２日㈯　10:00～13:00　※雨天中止

（中止の場合、当日８:00時点で決定し、連絡します）

所三石山(集合場所…町民グランド熊野高校側駐車場)

持飲み物、タオル、軽食、敷物、雨具、運動靴

定15人（要申込）

講師あと山楽会、ウォーキンググループ阿戸歩こう会

遊び心習字教室

習字の基礎「とめ、はね、はらい」などを分かりやすく学ぶことができます。

時11月６日㈬　13:30～15:30　¥100円

持習字道具、半紙、雑巾、新聞紙

定14人(要申込)　講師堀野眞理子

元気アップ!!ストレッチ体操教室

健康のために無理なく続けられて、身体の不調も改善される健康運動法を一緒に体験しませんか。

時11月11日㈪　13:30～15:00　¥100円

持運動のできる服装と靴、タオル、飲み物　定15人(要申込)

講師健康運動指導士・介護予防運動指導士　大野都弥子

ハーブシロップづくり教室

～エルダーフラワーコーディアルを作ろう！～

これからやってくる本格的な寒さに負けないためにも、ハーブの力でカラダとココロを穏やかに整えましょう。

時10月21日㈪　10:30～12:00

¥1,100円（材料費込）　定12人（要申込）

講師JAMH日本メディカルハーブ協会

シニアハーバルセラピスト　桑原さやか

きめこみ教室

やわらかい下絵ボードに縫わずに目打ちでミゾになぞって入れるだけで簡単に。ハロウィンのかわいいきめこみです。

時10月29日㈫、30日㈬　13:30～15:30

対２日とも参加できる人

¥参加費…100円／回

材料費…Ａ1,155円

（ミニフレーム込みの場合は1,815円）

Ｂ1,628円

A

B

※見本は、東防災交流センターにあります。

持はさみ、目打ち、手拭き、材料を入れる空箱

申10月18日㈮まで

定10人（要申込）　講師香谷京子

ゼロの日運動

０のつく(10･20･30)日はテレビゲーム・スマホを控え、くまどくおよび家族のだんらんを通して絆を深めましょう。

町公民館

☎854－3111　FAX820－5820

はじめてのヨガ

深い呼吸とゆったりとした動きで優しくカラダをほぐしてみましょう。カラダが硬い人の参加もお待ちしています。

時10月15日㈫　10:00～11:30　¥100円

持運動のできる服装と靴、タオル、飲み物　定25人

講師健康運動指導士　大迫すみえ

四季の料理教室

旬のきのこを使った炊き込みごはんと、柿を使ったデザートなどで秋の味を楽しみませんか。

時10月16日㈬　9:30～13:00　¥600円

持エプロン、ふきん、持ち帰り容器　定20人

申10月10日㈭まで　講師桐木みね子

からくりカレンダー作り

自分の好きな絵てがみをかいて、年末に向けて自分だけのからくりカレンダーを作ってみませんか。

時10月24日㈭、31日㈭　10:00～12:00

対２日とも参加できる人

¥500円

持小筆、墨、硯、顔彩、

赤黒の細マジック

定15人　申10月16日㈬まで

講師山城恵美子

はじめての小筆字講座

小筆で文字を書く機会を増やしてみませんか。封筒やはがきの宛名書きを練習してみましょう。

時10月28日㈪　13:30～15:30　¥100円

持習字道具　定20人　講師大地京子

バラの栽培講座

～冬作業で来春の開花に差をつけよう～

冬作業の全般について、剪定、つるバラ誘引、鉢の土替え、施肥、消毒などを学びましょう。

時11月１日㈮　13:30～15:30

¥100円　持筆記用具　定20人

講師日本園芸協会認定 ローズコンシェルジュ BARAYA雅美

詐欺被害にあわないために

～インターネット利用犯罪の現状と対策～

スマホなどで、インターネットを狙った詐欺が増加しています。詐欺の内容や対策などを知り、詐欺にあわないように予防しましょう。

時11月12日㈫　10:00～11:30　定30人

申11月5日㈫まで　講師広島警察本部サイバー犯罪対策課

【ミニ･ビブリオバトル in くまどくフォーラム】

～観覧者を募集します～

ミニ・ビブリオバトルinくまどくフォーラムの出場者（バトラー）による本の紹介に対して、質問したり、「一番読みたくなった本（チャンプ本)」を決める投票ができます。

時11月２日㈯　9:00～13:30　定50人

申10月18日㈮まで

ミニ・ビブリオバトルってなぁに？

自分のお気に入りの本の魅力を４分間の中で紹介して、最後に紹介された本の中から「一番読みたくなった本(チャンプ本)」を決める書評ゲームだリン♪

図書館だより

いつでも　どこでも　だれでも　開館時間：10:00～18:00

図書館ホームページ

☎855－6710　FAX855－6711

催し物のご案内

おはなし会

絵本の読み聞かせや紙芝居など行います。

※出席シールを集めると素敵なプレゼントがもらえるよ。

時10月12日㈯、19日㈯、11月２日㈯

15:30～16:00

講師読み聞かせボランティア　子ぐま絵本の会

図書館職員

０．１．２．３歳のおはなし会

絵本の読み聞かせや手遊び、ふれあい遊びなど行います。

時10月23日㈬　11:00～11:30

対０～３歳児親子

講師読み聞かせボランティア　めだか絵本の会

図書館職員

10	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
	6	7 休	8	9	10	11	12
	13	14 休	15 休	16	17	18	19
	20	21 休	22	23	24	25	26
2024	27	28 休	29 休	30	31		

11	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
	3	4 休	5 休	6	7	8	9
	10	11 休	12	13	14	15	16
	17	18 休	19	20	21	22	23
2024	24	25 休	26 休	27	28	29	30

図書館カレンダー（■は休館日）

今月のテーマ展示

おとな「○○の秋みーつけた！」

読書、食欲、スポーツ、芸術などなど。

涼しい秋を満喫しましょう！

こども「はしる　はしる　はしる」

かぜをきってビュ～～～～ン！

家庭読書「くまどく」

読書に親しみ、読書の幅を広げ、習慣化することで、心豊かな子どもの育成を図ることを目的としています。

ハロー公民館・図書館です

※広報「くまの」では、町民の皆さんのお宅に広報が届く期間を考慮して、おおむね毎月11日から翌月10日までのお知らせを掲載しています。