



11月・12月主催事業のお知らせ

※主催事業をメールで申込みされる場合は「講座名」「参加者名(ふりがな)」「電話番号」など必要事項を記入してください。施設側で確認後、返信メールを送信します。ご確認をお願いします。

令和8年度 定例団体代表者会議(12月11日)/大会・イベント等申請受付開始(11月1日～)

定例利用にあたっては、定例団体登録の申請を提出していただく必要があります。11月30日まで受付けます。登録申請書は総合受付で配布・受領します。(ホームページより申請書のダウンロードもできます)登録申請していただいた団体は、定例利用に関する説明および利用日の調整を行いますので、団体代表者は下記日程の代表者会議に必ずご参加ください。(前年度から続けて申請される団体も必ずご参加ください)

●日時 12月11日(木) 19:00～20:00 ●場所 当館 2階研修室

・令和8年度の大会・イベント等申請書も11月1日より受付けます。ご希望日の3ヵ月前までに総合受付へご提出ください。

歯ッピ～カムカム 講座&クッキング(まるくる大野&大野支所コラボ企画)

「歯ッピーカムカム講座」歯科衛生士からオーラルフレイルや高齢期のお口のケアのお話をします。お家でもできる口腔体操やブラッシング方法も伝授します!

「カムカムクッキング」栄養士と一緒にLet'sクッキング!栄養士考案の噛む力を鍛えるレシピをご紹介します。

○日時 11月12日(水) 10:00～13:00

○場所 当館 1階工作室/調理室

○定員 16名

○参加費 500円

○申込み 総合受付まで電話・メールで。

もれなく
ハプ
ラシ
プレゼント

メニュー

- ・根菜のドライカレー
- ・カムカムじゃこピーマン
- ・コーヒーみるく寒天

避難所体験キャンプ

地震や台風などでまるくる大野が避難所になったときに、ためらわずに避難していただくためにも、この度、希望の方にまるくる大野で一夜を過ごしていただきます。(雑魚寝)

○日時 11月28日(金) 19:00集合(夕飯は済ませて)

29日(土) 7:00解散(朝食はご自宅で)

○場所 当館 研修室・和室 ○定員 30名

○内容 かまどベンチで焚火して非常食(こちらで準備)の試食ほか

○持参物 非常持ち出し袋(なるべく)、寝袋(任意)、その他個人に必要な物

○申込 総合受付へ電話・メールで

○主催 フジタスクエアまるくる大野企画運営委員

※留意点 毛布は一人支給しますが、必要に応じて防寒対策をお願いします。

参加費無料

ふるさと大野を知ろう

「大野歴史ガイドの会」の案内で、地元の歴史、地理を学ぶことができます。

○定員 20名

○対象 小学3年生以上、どなたでも。

(小学生・中学生は保護者同伴をお願いします)

○締切り 開催日の5日前の月曜日まで。

○申込み 総合受付まで電話・メール(コース名明記)で。

※少雨決行。雨具は各自ご準備ください。

参加費無料

日 時	集合場所	行 程
⑤大野西部コース(約5km) 11月29日(土) 9:00～12:00 ※5月に雨天のため中止になった コースの振替です。	フジタスクエア まるくる大野 玄関前	大頭神社(妹背の滝)～千人塚～山 陽道古道～観音堂～大田神社～一里 塚、今川貞世歌碑～西国街道～まる くる大野(12時頃)

大野中学校職場体験(9月3～5日)

8名の生徒が3日間頑張ってくれました。

職場体験感想

- ・クラブに所属している人たちともスポーツができ自分が知らなかったスポーツができて良かった。
- ・まるくる大野には所属しているクラブがあり、その中のインディアカというスポーツをしたけどバレーに似ていてすごく楽しかった。
- ・クラブ体験を通して地域の方々と交流をすることで人との接し方、正しい言葉遣いについて勉強になりました。
- ・まるくるでは運動が苦手でも楽しめるものがたくさんありました。
- ・クラブ体験でインディアカ、絵手紙が楽しかったです。



- ・普段は表の仕事しか見ることはなかったけど、話を聞いたり、体験したりして裏での仕事はとても大変だと感じました。
- ・たくさんの方と関わりながら仕事の楽しさと大変さが少しですが分かることができました。
- ・職場体験を通じて、電気や太陽光など裏の仕事もあると知りました。

スマホ講座④「決済」「健康管理」について

○日時 11月28日(金) 14:00～16:00

○場所 当館2階 研修室1

○対象 どなたでも

○参加費 無料

○定員 20名

○講師 ソフトバンク株式会社

○申込み 総合受付まで電話・メールで。

携帯電話会社関係なくどなたでもご参加いただけます。

スマートフォン本体も貸出機を使用します。

参加費無料



季節をたのしむ植物療法講座2025・冬

冬を元気に過ごすための植物療法

～冬場の心身をサポートしてくれるハーブとアロマ～

○日時 12月2日(火) 10:00～12:30

○場所 当館 調理室

○定員 16人

○参加費 1,800円

○講師 桑原さやかさん

○内容 りんごとスパイスの濃厚ハーブシロップ、
風邪対策アロマバーム、ラベンダーを楽しむ

○申込 総合受付まで電話かメールで。

11/1
受付開始



からだ相談室

日々の生活習慣、気になる症状など、どんな些細なことでも

お気軽にご相談ください。※毎月第3日曜日

○日時 12月21日

13:00～15:00

①13:00～13:30 ②13:30～14:00

③14:00～14:30 ④14:30～15:00

(1人30分/予約優先/4部制)

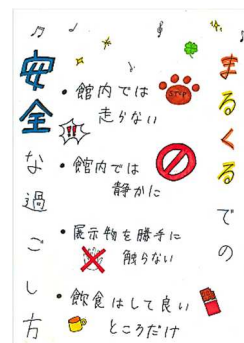
○場所 当館2階 研修室

○対象 どなたでも

○カウンセラー 水野雄爾さん(理学療法士)

黒瀬雅彦さん(理学療法士)

○申込み 総合受付まで電話・メール(希望時間明記)で。



中学生が作成したポスター
館内に掲示中です

新型コロナウイルス ・マスクの着用は任意ですが、「手洗い」「咳エチケット」などの感染予防対策をお願いします。

感染予防について ・咳や発熱等の症状があるなど、体調がすぐれない方は参加を控えてください。

11月9日(日)は、広島県知事選挙の投票日です。
皆さんそろって投票しましょう。

投票時間は、一部の投票所を除き午前7時から午後8時までです。

投票日に用事や仕事、旅行、病気などで投票に行けない人は、事前に期日前投票をしましょう。

期日前投票所	期 間	時 間
廿日市市役所 7 階会議室	10 月 24 日（金） ～11 月 8 日（土）	午前8時30分 ～午後8時
佐伯支所	11月 1 日（土） ～11月 8 日（土）	
吉和支所		
大野支所		
宮島支所		
廿日市市民ホール （ゆめタウン廿日市 2 階）		午前10時～午後8時

【問合せ先】廿日市市選挙管理委員会 電話 30－9228 (直通)

フレイル予防ミニ講座⑮ 感染予防もフレイル予防～インフルエンザを予防しよう！～

毎年秋から冬にかけては、インフルエンザの流行シーズンです。日本では毎年約 1 千万人、およそ 10 人に 1 人が感染しています。
感染すると高熱や関節の痛みなどを伴い、人によっては肺炎や脳炎などを併発して重症化する恐れもあります。流行を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に侵入させないことや周囲にうつさないようにすることが重要です。インフルエンザの知識と対策で流行期を乗り切りましょう！

感 染 経 路

飛沫感染

感染者の咳やくしゃみで飛び散るウイルスを吸い込み、花やのどの粘膜に付着して感染。



接触感染

ウイルスが付着したものに触れた手で、目・鼻・口を触ることでより粘膜を通じて感染。



主な
症状

- ▶38℃以上の急な発熱
 - ▶全身症状(頭痛、関節痛、倦怠感など)
- +
- 局所症状(鼻水、咳、くしゃみ、喉の痛みなど)

①重症化リスクの高い人

- ☒ こども ☒ 高齢者
- ☒ 持病のある人 ☒ 妊娠中の人

※慢性呼吸器疾患(ぜんそくや COPD など)、慢性心疾患、糖尿病など

基本の 予 防 対 策

- 帰宅時やトイレの後、調理の前など、こまめにせっけんで手を洗いましょう
- 流行期前までに予防接種を受けましょう
- 抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた食事を心がけましょう
- 加湿器などで室内の湿度を 50 ～60%に保つ。こまめな換気も忘れずに
- 流行期は人混みなどへの外出を控えましょう。外出時は不織布マスクの着用を

予防接種 Q&A

- Q** 予防接種を受ければインフルエンザにかからない？
A 絶対にかからなくなるわけではありません。感染の発症を抑えたり、発病しても重症化を防いだりする効果があります。
- Q** 昨年受けたから、今年は受けなくても良い？
A ワクチンは、そのシーズンの流行予測を元に製造されています。毎シーズン異なるため、予防接種は毎年受けるのが良いとされています。

※詳しくは、厚生労働省「インフルエンザ Q&A」をご覧ください

インフルエンザの
予防接種には、
助成制度が
あります！



大野支所 健康福祉係

- 【対象】 廿日市市に住民票がある ①65 歳以上の人
②60～65 歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器に重い障がいのある人、または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある人

- 【自己負担額】 1,500 円 (1 回限り)
- 【実施期間】 R7 10/1 (水) ～R8 1/31 (土)
- 【受け方】 対象の方は直接、医療機関に予約をして、接種します。
 - 市民税非課税世帯、生活保護世帯の人は、接種前に LINE または、申請窓口で申請を行うと無料になります。
 - 廿日市市以外で接種を希望する人は、広域接種券が必要な場合があります。
- 【申請窓口・お問合せ】廿日市市役所 健康福祉総務課、または、各支所へ



◀LINE 申請は
こちらから



大野子育て支援センター
11・12 月の行事予定表

日 時		イベント ※全て公式 LINE にて要申込
11 月 4 日 (火)	10:30～11:00	読み聞かせ
11 月 11 日 (火)	10:30～11:00	お楽しみ会
11 月 17 日 (月)	11:00～11:30	わらべうたあそび
11 月 20 日 (木)	10:30～11:30	作って遊ぼう
11 月 28 日 (金)	13:30～14:30	赤ちゃん広場
12 月 2 日 (火)	10:30～11:30	作って遊ぼう
12 月 8 日 (月)	10:30～11:00	読み聞かせ
12 月 12 日 (金)	13:30～14:30	赤ちゃん広場
12 月 15 日 (月)	11:00～11:30	わらべうたあそび
12 月 17 日 (水)	10:30～11:00	お楽しみ会

LINE 公式アカウント

(大野子育て支援センター)

内容の確認・ご予約はこちらから
お願いします。



※ご不明な点はお電話にてお問
合せください。

【問い合わせ先】
大野子育て支援センター
☎ (0829) 20-4866

移動図書館車たんぽぽ号巡回

大野コース (第 1・3 金曜日)
11 月 7 日・21 日 / 12 月 5 日・19 日

- ① 八坂一丁目 10 : 10～10 : 25
- ② 鳴川 (八坂神社下) 10 : 35～10 : 50
- ③ 大野西市民センター11 : 00～11 : 15
- ④ 梅原市営住宅 11 : 25～11 : 40
- ⑤ 対巖山集会所 13 : 10～13 : 25
- ⑥ 対巖山一丁目 13 : 30～13 : 45
- ⑦ 青葉台集会所 13 : 50～14 : 05
- ⑧ 大野東市民センター14 : 10～14 : 25
- ⑨ 宮島口上一丁目 14 : 35～14 : 50
- ⑩ 宮島口公園 (旧 1 区集会所跡) 15 : 00～15 : 15
- ⑪ 2 区集会所 15 : 25～15 : 40

図書館休館日 : 11 月 27 日、12 月 29 日～31 日