

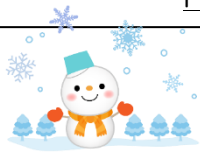
# 光交流館だより

hikari-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

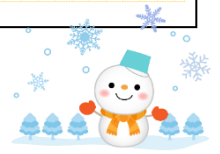


カラー版  
「交流館だより」

発行  
福山市光交流館  
草戸町4-1-29  
Tel 925-4258

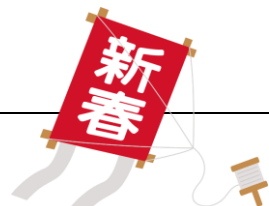


## 1、2月の行事予定



日	月	火	水	木	金	土
<b>1月の行事予定</b>						
19 ・光学区 とんど祭り	20	21	22 ・光ふれあい カフェ	23	24 ・子育て応援講座 「赤ちゃんを災害 から守る勉強会」	25 ・光おはなし文庫 ・これってどうな ん？相談室
26	27	28 ・いきいき 運動教室	29 ・光ふれあい カフェ	30	31 ・健康ウォーキン グ大会実行委 員会	
<b>2月の行事予定</b>						
						
2	3 ・町内会連合会 会長定例会	4	5 ・光ふれあい カフェ	6 ・光サロン	7	8
9	10	11	12 ・光ふれあい カフェ ・住みよいまちづ くり協議会 推進委員会	13	14	15 ・光小学校 なかよしコンサート
16	17	18	19 ・光ふれあい カフェ	20	21	22 ・光おはなし文庫 ・これってどうな ん？相談室
23	24	25 ・いきいき 運動教室	26 ・光ふれあい カフェ	27	28 ・子育て応援講座 「おひざにだっこで おはなししましょう」	
<b>【3月の行事予定】</b> <span style="float: right;">***光ふれあいカフェは、毎週水曜日に開店します。***</span>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 2日(日) 光学区健康ウォーキング大会</li> <li>・ 6日(木) 光サロン</li> <li>・ 22日(土) これってどうなん？相談室 光おはなし文庫</li> <li>・ 25日(火) いきいき運動教室</li> </ul>						

## 謹賀新年



2025年(令和7年)新年おめでとうございます。寒さ厳しい中、いかがお過ごしでしょうか。

交流館は引き続き、地域の課題解決・地域活動の推進・皆さんの交流促進・人権尊重の啓発等々に『微力だけど無力じゃない!』この気持ちを大切に進んでいきます。

今年もよろしくお願ひします。

光交流館 館長 佐藤 孝次郎



社会教育活動事業  
子育て応援講座

# 親子で楽しく♪

# おひざにだっこでおはなししましょう



## 2月28日(金)

### 10:00~



生まれて初めての絵本♪  
月齢にあわせた絵本♪  
目で！耳で！親子で絵本の  
世界を楽しんでください。



ところ：光交流館  
講師：子育てサポーターリーダー  
対象：親子（子どもの対象年齢は、0歳～未就園児）  
定員：10組程度  
参加費：無料

申込み・問合せ  
光交流館 ☎925-4258

\*お子さまの外出に必要なおむつ、水分補給の飲み物等ご持参ください。



## フレイルチェック会

～あなたはフレイル状態になっていませんか～

他の日程や会場は  
こちらから↓



- とき **3月5日(水)** 10:00～12:00 13:30～15:30  
(※いずれの時間も内容は同じ)
- ところ **老人大学(地吹町12-7)**
- 対象 おおむね65歳以上の市民
- 定員 先着各15人(予約が必要)
- 持参物 **屋内シューズ、飲み物、動きやすい服装**(裸足で測定する項目があるため、裾を膝まであげられるズボン・くつ下などでご参加ください。)

<申込先> 健康推進課 (2/17から受付)  
**電話：084-928-3421**



「フレイル予防ローラ」

### 事業報告

## 2024年度 「光学区とんど祭り」を 1月19日(日)に実施しました。



皆さまの無病息災を願い、「光学区とんど祭り」を実施しました。  
暖かい日差しの中、天候に恵まれ、約500名の方にご来場いただき、無事終えることができました。  
ご協力いただきました皆さま、お疲れさまでした。  
ありがとうございました。



わらの入手が難しくなったので、今年度もムシロを使ったオリジナルとんどを創作しました。  
子どもたちも一緒に飾りつけのお手伝い！  
「餅つき体験」に、「豚汁のふるまい」と子どもから大人までたくさんの人に楽しんでいただきました♪





# 光ふれあいカフェからのお知らせ

皆様のご来店をお待ちしております😊



『光ふれあいカフェ』は、高齢者の介護予防やひきこもり防止を目標に2016年にスタートしました。

出かけることで生活のリズムができたり、お茶を飲みながらのお話や脳トレなどでカフェの時間を楽しんでいただいています。

- ◆ 会 場：光交流館
- ◆ 開催日：毎週水曜日  
(年末・年始、お盆、祝日はのぞく)
- ◆ 時 間：9：30～11：30  
※時間内での自由参加
- ◆ 参加費：100円(飲み物・茶菓子つき)
- ◆ 対 象：主に光学区の高齢者(65歳以上)

## ボランティアスタッフ募集中♪



ボランティアを通じて仲間づくり！  
生きがいづくり☆

\* 4月からの当番に入っていただけます。

- 会 場：光交流館
- 開催日：毎週水曜日  
(年末・年始、お盆、祝日はのぞく)
- 時 間：8：45～11：45
- 仕 事：カフェの準備・片づけ・お茶の提供  
(月1回程度の当番制)

\* ボランティア登録いただける方は、2月28日(金)までに光交流館(☎925-4258)へご連絡ください。

【年齢・性別は問いません】



〈光ふれあいカフェ運営委員会〉



人権・社会教育活動事業

## 地域づくりは防災から

ハートフルステージ  
2024



平成26年1月10日、広島市防災士ネットワークを組織し代表世話人に就任。広島市内の防災士を結集し、それぞれが所属する自主防災組織の活性化を進めると同時に防災士のスキルを高める活動を始める。

落合学区自主防災会連合会長として活動が評価され、総務省消防庁が主催する「防災まちづくり大賞」で総務大臣表彰を受賞。防災市民組織リーダー・防災コーディネーターの育成やフォロー研修のプログラム作成の支援にあたる。

主 催：福山市中部地域振興課  
共 催：旭学区まちづくり推進委員会  
旭交流館  
問合せ：福山市中部地域振興課  
電 話：084-932-7265

やなぎさこ ちょうそう

講師 柳 迫 長 三 さん  
広島市防災士ネットワーク代表世話人  
広島自主防災アドバイザー

日時 2月1日(土) 13:30～15:00

場所 福山すこやかセンター 多目的ホール

- ★ 駐車場は、福山すこやかセンターの第1～第5をご利用いただけますが、駐車台数に限りがありますので、なるべく乗り合せでお越しください。
- ★ 定員 100人 入場無料
- ★ 手話・要約筆記あります。

# 光学区健康ウォーキング大会



ウォーキング大会を通じて、みんなの光学区を知りましょう。  
心身を健やかにし、地域住民の親睦を図りましょう。

と き 3月2日(日) \*雨天中止  
8:45~ 受付  
9:00 準備運動 ~ スタート

問い合わせ・申込み先  
光交流館：925-4258

参加資格 子どもからおとなまでどなたでも(光学区在住)  
ただし、小学生以下は保護者同伴でご参加ください。

- ◎ふくやま健康ポイント事業(健康マイレージアプリをダウンロード)に参加し、楽しみながら歩きましょう。
- ◎みんなで楽しく安全にウォーキングできるよう検討中です。  
詳細が決まり次第、チラシ(申込書付)を配布しますので、ご覧ください。

主 催 光学区まちづくり推進委員会/健康ウォーキング大会実行委員会

**おめでとうございます!**  
2024年度(令和6年度)善行市民賞  
「せんだん賞」

<p style="text-align: center;"><b>祝</b></p> <p style="text-align: center;">&lt;光学区推薦&gt;</p> <p style="text-align: center;">乗原 龍三 さん(光町内会)</p> <p>町内会の会長として、地域の公衆衛生啓発や、住民福祉の向上に尽力し、その活動経験を学区活動にも活かすなど、地域社会づくりに大いに貢献しておられます。</p>	<p style="text-align: center;"><b>祝</b></p> <p style="text-align: center;">&lt;福山市文化連盟推薦&gt;</p> <p style="text-align: center;">横山 和範 さん</p> <p>文化連盟副会長などの役職を務め、文化連盟全体の運営、各部内の連絡調整を通じて文化行事の活性化に尽力し、文化振興に大いに貢献しておられます。</p>
---	---

## 高齢者インフルエンザ/高齢者コロナウイルス予防接種

2024年(令和6年)10月1日(火)~2025年(令和7年)3月31日(月)

※定期接種の期間が延長されました!



2024年11月以降、インフルエンザおよび新型コロナウイルス感染症の新規患者の報告数が増加傾向にあることから、予防接種の期間が延長されました。  
重症化防止のために有効なので、体調の良いときに早めに受けましょう。



「光学区とんど祭り」開催報告も  
掲載中♪  
その他光学区情報を更新しています!

光学区まちづくりラボ



URL:<http://www.hikari-machidukuri.com>

