

詳しい内容は、电子版広報(市ホームページ内)・各担当課・各施設などで確認してください。

シルバー人材センター ～会員入会説明会&再生自転車販売会～

問 同センター本部(☎953-5222)、同センター北部事務所(☎963-9555)

■会員入会説明会

時 11/28・12/19(木) 13:30～※日程が合わない場合は相談

所 同センター本部、同センター北部事務所

対 市内在住の原則60歳以上の健康で働く意欲がある人

※入会には証明写真2枚、認め印、振込先の預(貯)金通帳、年度会費2,400円が必要

■再生自転車販売会

時 11/20・12/18(水) 13:30～

所 同センター本部



認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り支援する「応援者」になりませんか。認知症の正しい理解と対応方法などについて学ぶことができます。

時 11/12(火) 13:30～15:30

所 福山すこやかセンター

問 健康推進課(☎928-3421)



認知症サポーターステップアップ研修

認知症の人と家族を支えるためにボランティア活動をしたい、地域でのボランティア活動に認知症予防などの知識を生かしたいという人のための講座です(全3回)。

と き	内 容
11/22(金)	認知症に対する理解を深める、認知症の人とのコミュニケーションのとり方 など
12/10(火)	認知症予防を通じた地域づくり～ボランティアとしてできること～
12/19(木)	ボランティア活動とは、認知症の人と家族の会の紹介 など

時 13:30～15:30

所 保健センター(福山すこやかセンター東館)

対 認知症サポーター養成講座の受講を修了した人

定 50人※先着。グループ分けのため申し込みが必要

申 問 健康推進課(☎928-3421)



誰もがいつまでも毎日を
生き生きと過ごせるよう、
お薦め情報を紹介します。

生活だより

「オーラルフレイル」を知っていますか？

オーラルフレイルとは「口腔(オーラル)の虚弱(フレイル)」を意味します。滑舌低下や食べこぼし、むせる、かめないと食べられない食べ物が食べ、食べる量や食欲が減少します。また喋りにくさから会話が楽しくなくなり、人と会ったり外出したりする機会が減ってしまうこともあります。

口腔機能の衰えに早めに気づき、適切な対応をすることが大切です。

オーラルフレイルを防ごう

- 口周りの筋肉を鍛えることでかむ力や飲み込む力がアップします。口周りの筋肉や舌などを動かす口の体操をしたり、唾液の分泌を促すために唾液腺マッサージをしたりしましょう。
- 毎日の適切な歯磨きや義歯の手入れに加え、定期的に歯や口の健康状態をかかりつけ歯科医に診てもらうことが大切です。

いつまでも自分の歯でおいしく食べ、楽しく会話ができるよう歯と口の健康を守るための生活習慣を実践しましょう。
※今月は「歯と口の健康講座」を開催。詳しくは17ページに掲載

問 健康推進課(☎928-3421)



「パタカラ」と大きな声で1文字ずつはっきりと言っていると、口周りの筋肉を動かす口の体操(健口体操)になります

11/11は「介護の日」 パネル・ポスター展

「介護の日」は介護についての理解と認識を深め、介護従事者や介護サービス利用者および介護を行っている家族などを支援するとともに、高齢者や障がい者などに対する介護に関して啓発を実施する日です。

地域や社会の一員として、この日を介護について考えるきっかけとしましょう。広島県介護福祉社会と共催で「介護の日」にちなんだイベントを開催します。

時 11/18(月)～22(金)

所 市役所本庁舎1階市民ホール

内 介護に関するパネルや小中高生が描いたポスターを展示

問 介護保険課

(☎928-1166)



身体障がい者補装具の交付判定 12月の判定日

義肢・装具・車椅子・補聴器など、補装具の交付を受けるためには判定が必要です。

時 12/5(木) 10:30～、14:00～

所 県東部厚生環境事務所福山支所

申 問 判定日10日前までに、身体障がい者手帳と印鑑、個人番号が分かるものを持参し、障がい福祉課(☎928-1063 FAX 928-1730)、松永・北部・東部・神辺保健福祉課、新市・沼隈支所保健福祉担当へ

集団補聴装置(ヒアリングループなど)やカウンター型補聴装置を設置

集団補聴装置などを次の施設に設置しているので利用してください。

所 ①福山すこやかセンター、②かなべ市民交流センター、③中央図書館、④リーデンローズ

内 ①自身の補聴器または受信機(貸し出し用は2台まで)で受信する集団補聴装置、②受信機で受信する集団補聴装置1セット、③自身の補聴器または付属の受信機(1台)で受信するカウンター型補聴装置、④自身の補聴器または受信機で受信する集団補聴装置1セット ※②④の1セットは送信機一式と受信機10台

問 障がい福祉課(☎928-1062 FAX 928-1730)

臨床心理士による メンタルヘルスセミナー

時 12/14(土) 13:00～15:00

所 セミナールームB(エフピコRiM7階)

内 就職活動中や働き始めてからの心とうまく付き合うための就労支援セミナー

対 支援者、関心がある人

定 50人※先着

申 問 産業振興課(☎928-1040)



読み物コラム

歴史散歩

No.315

入封400年記念シリーズ⑧

幕末の福山藩

風雲急を告げる1868(慶応4)年正月、本庄村の円照寺山上に布陣した長州軍砲兵隊は、福山城天守閣に照準を定めて一斉に撃ちかけてきました。砲弾は天守閣に命中しますが不発弾でした。さらに長州軍は阿部神社赤門の西側の竹矢来を破って殺到します。しかし前年11月に亡くなった福山藩阿部家9代藩主阿部正方が仮埋葬されていた小丸山を警護していた福山藩少年隊に銃撃され、進撃は阻止されます。



旧阿部神社赤門

は敗れ、陣中で脚氣を病んで福山へ帰陣しますが20歳の若さで亡くなります。

正方が亡くなったのは藩の一大事の最中で、尊攘派志士がひそかに薩長の尊攘派と気脈を通じ、徳川家の譜代でありながら討幕の諸藩と連携を図ろうとする中でした。福山藩はその死を隠しますが、状況は万事休すの様相を呈しました。

しかし「一藩(福山藩)の持論全く大儀滅親の義に一決 朝命(朝廷の命令)を一途に順奉仕り候」(原漢文)と記した福山藩家老の書状が、正使三浦義建・副使関藤藤蔭によって長州軍に届けられ、福山城下は戦禍から守られたのです。

※大儀滅親：君主や国家の大事のためには親兄弟も犠牲にするという考え



詳しい内容は、電子版広報(市ホームページ内)・各担当課・各施設などで確認してください。

妊娠・出産・子育てをサポート！ 子育て支援アプリ「あのねナビ」

子育て情報を掲載している市HPと連動して妊娠・子育て期に合ったお知らせや地域のイベント情報などを届けます。予防接種日のお知らせ機能もあるので母子健康手帳と併せて活用してください。子どもの成長と日々の思い出と一緒に記録することもできます。



今月の「あのね」

出産前に「あのね」で面談をしませんか

出産前には不安が高まりやすくなるといわれています。安心して出産を迎えるために、妊娠32週以降の妊婦さんは「あのね」に来てください。出産の準備だけでなく出産後の生活についても一緒に考えましょう。母子健康手帳とあのね手帳を持参してください。

問 ネウボラ推進課(☎928-1053)



ネウボラ通信

福山ネウボラでは、妊娠から出産・子育てまでを切れ目なくサポート。市内12カ所に子育てに関する相談窓口「あのね」を開設しています。相談窓口についてはネウボラ推進課(☎928-1053)に問い合わせてください。

ふくやま子育て応援センターの催し

対 未入所(園)の子どもと保護者
問 ふくやま子育て応援センター(☎932-7284)

■子育て講座

時 11/9(土)10:30~11:00
所 多目的ルーム(エフピコRiM6階)
内 市立大学生によるおたのしみ

■キッズランドRiM

時 11/14(木)11:00~12:00
所 スカイホール(エフピコRiM9階)
内 おはなしなあに?「おべんとうバス」



「えほんの国」 キッズシティーマーケット

子どもたちが主役のリサイクルマーケット。アルバイト体験や使わなくなった絵本、おもちゃなどを交換し、通貨を集めて買い物を楽しもう! ※入館料が必要

時 11/23(土)・24(日)10:00~12:00、13:00~16:30

所 問 えほんの国(☎959-4192)

8・9カ月の赤ちゃん健康相談

時 9:30~11:00 ※27(水)は10:00~11:00

内 身体計測、保健師・栄養士・歯科衛生士による相談

※★印は司書による絵本の選び方や読み聞かせ方なども紹介

とき	ところ	問い合わせ	とき	ところ	問い合わせ
6(水)	保健センター(福山すこやかセンター東館)	健康推進課 ☎928-3421	19(火)★	北部市民センター	北部保健福祉課 ☎976-1231
11(月)			26(火)★	東部市民センター	東部保健福祉課 ☎940-2567
27(水)	ことばの相談室(エフピコRiM7階)		5(火)★	かなべ市民交流センター	神辺保健福祉課 ☎962-5055
19(火)★	西部市民センター	松永保健福祉課 ☎930-0414	29(金)	沼隈支所	沼隈支所保健福祉担当 ☎980-7704

時 とき 所 ところ 内 内容 対 対象 定 定員 料 料金
申 申し込み 問 問い合わせ 手 手話通訳あり 要 要約筆記あり HP ホームページ

時 とき

所 ところ

内 内容

対 対象

定 定員

料 料金

申 申し込み

問 問い合わせ

手 手話通訳あり

要 要約筆記あり

HP ホームページ

ふくやまニュース

市政の動きやまちの話題を紹介します。

9月20日に内閣総理大臣官邸で表彰式

福山市消防団が 内閣総理大臣表彰を受賞

福山市消防団は平成30年7月豪雨に際し発災当日から5日間にわたり延べ6,855人が出動し、水防活動など地域住民の安心安全を守る活動を実施。この功績に対して防災功労者内閣総理大臣表彰を受賞しました。



「100mm/h安心プラン」の登録証を伝達式にて授与

手城川流域における 浸水対策を強力に推進

抜本的な浸水対策を推進するため県と連携して国土交通省に「福山市手城川流域における床上浸水被害解消プラン」を「100mm/h安心プラン」として申請し、9月20日に登録されました。この登録により、国からの財政支援が見込まれるなど着実な対策実施に大きな役割を果たすものと期待しています。



北口は「福山城口」、南口は「ばら公園口」

福山駅北口・南口の愛称 使用開始

9月30日に福山駅出入口の愛称を記した案内板の除幕式を行い、愛称の使用を開始しました。福山を訪れる人にまちの魅力を理解してもらう愛称として、北口の愛称は「福山城口」、南口の愛称は「ばら公園口」に決定。今後も福山駅を中心とした福山駅前の活性化を進めていきます。



街にあふれた ばら色の音楽

ばらのまち福山国際音楽祭

10月10日から13日まで開催したばらのまち福山国際音楽祭。ハンガリーを代表する「ジュール・フィルハーモニー管弦楽団」などが世界の一流の演奏を披露。また市民で結成されたふくやま祝祭管弦楽団・合唱団・邦楽団の演奏や市内各所でのコンサートなどを行い、街全体が音楽であふれる4日間となりました。

福山城一帯で多彩なイベント

備後入封400年祭

3日間開催予定だった備後入封400年祭は台風の影響で9月21日のみ開催。福山城天守前広場の特設ステージでは「ばらのまち福山国際音楽祭」のカウントダウンコンサートを行い、心地よい演奏が福山城一帯に響き渡りました。また江戸時代の雰囲気伝える「時代行列」も登場し、イベントを盛り上げました。



(写真・文は市民リポーター 取材)

10月1日から服部地区で新たな移動手段として導入

服部ピッカリ乗合タクシー 運行開始

10月1日から、服部地区内を運行していた路線バスの廃止に伴い地域の新たな移動手段として「服部ピッカリ乗合タクシー」の運行が開始となりました。利用するにはスマホアプリまたは電話による予約が必要。新たな地域公共交通として期待しています。今月から緑陽町でも乗合タクシーの運行を始めます。



つながる 備後圏域

福山市を連携中枢都市とする6市2町からなる備後圏域。
備後圏域全体で取り組む事業や各市町のイベントを紹介します。



ひろしまから発信・創造する21世紀の文化

けんみん文化祭ひろしま'19 芸能・銭太鼓の祭典

時 11/17(日) 10:00～
所 沼隈サンパル
内 県内各地から選ばれた芸能・銭太鼓の団体による演技
(先着100人にばら苗をプレゼント)
問 同祭福山市実行委員会(文化振興課内) ☎928-1117

今年は募集を備後圏域に拡大！

果樹の剪定入門教室

剪定方法を座学と実演で分かりやすく学べます。
時 所 12/13(金) 9:30～15:30 園芸センター
対 定 備後圏域在住の人・40人 ※先着
申 問 地産地消推進課 ☎928-1242



出かけよう GO BINGO

秋のイベント盛りだくさん！

尾道市
尾道ベッチャー祭
時 11/1(金)～3(日)
所 吉備津彦神社、尾道市街地一円

府中市
備後府中食博・食で賑わう
町おこし
時 11/3(日) 10:00～15:00
所 お祭り広場など

神石高原町
光信寺 且坐喫茶
時 11/2(土) 10:00～15:00
所 光信寺



笠岡市
いちよう祭りかさおか
時 11/17(日)
10:00～15:00
所 笠岡市駅前商店街など

広報「ふくやま」プレゼント付き読者アンケート

アンケート回答者の中から抽選で、東洋額装株式会社に1/31(金)までの平日(相談が必要)に利用できる「はがき掛け軸のものづくり体験券(2～3人まで体験可)」を1人にプレゼントします。はがきに住所・名前・年齢・性別・電話番号と、アンケートの回答を記入して送付してください。電子版広報からも応募できます(質問事項は異なります)。



【はがき掛け軸のものづくり体験券】
体験場所：東洋額装株式会社
加茂町八軒屋3番地
☎972-5577

【アンケート】

広報紙「ふくやま」について、次の質問に該当する番号などを記載してください。

1. 全体の内容についての満足度
①満足 ②やや満足 ③やや不満 ④不満
2. 特集についての満足度 ①満足 ②やや満足 ③やや不満 ④不満
3. 良かった内容のコーナー名()
4. ページ数 ①多い ②ちょうどよい ③少ない
5. 文字の大きさ ①大きい ②ちょうどよい ③小さい
6. デザイン ①読みやすい ②読みにくい
7. 情報量 ①多い ②ちょうどよい ③少ない

応募先 〒720-8501 市役所本庁舎内 情報発信課(広報担当)

応募締め切り日 11/30(土)(必着)

応募は市内在住の人で、はがきが電子版広報のどちらかで1人1回限りです。当選者の発表は体験券の発送(12月中旬ごろ)をもって代えます。個人情報とは体験券の発送と広報「ふくやま」充実のためにのみ利用します。

※プレゼント提供事業者募集中！

問 情報発信課 ☎928-1003

福山市の魅力やニュースを発信中

広報テレビ ※手話・字幕スーパーあり

【びんご姫のふくやま「福」さがし】
広島テレビ(4ch) 毎週水曜日放送
18:55～19:00 ※市街からも見ることが出来ます

広報ラジオ 【広報ふくやまピックアップ】

エフエムふくやま(77.7MHz) 毎週火曜日放送
10:12ごろ～(10分間)

メール配信サービス

安心・安全情報など暮らしに役立つ情報を配信
https://service.sugumail.com/fukuyama-city/

広報アプリ

いつでもどこでも
広報紙が読める
アプリ「マチイロ」



公式SNS

フェイスブック
Facebook
@fukuyama.city



ツイッター
Twitter
@cityfukuyama

インスタグラム
Instagram
@fukuyama_city



2019 FUKUYAMA BRAND 福山ブランド

福山薔薇人 バラジュース
(産品・サービス部門)



第2回福山ブランドで「食用ばら」が認定され、その後も食用ばらを使用した商品の開発や改善を進めてきた「マチモト」が、特に力を入れてプロデュースしたのが「バラジュース」です。ばらに含まれる芳香成分を効率よく抽出するシステムを開発し、特許を取得。合成の香料や着色料を使用していないので、この赤とピンクの色はばらの花の色素そのもの。スペシャル感たっぷりの「飲むばら」です。

【マチモト株式会社】芦田町下地307番地

☎958-5511

販売場所：オンラインショップ、
さんすて福山など

問 情報発信課 ☎928-1135



広報「ふくやま」の記事内容に関する
問い合わせFAX

情報発信課 FAX 931-2056

福山市民憲章

- 1 心に太陽をもち 胸をはって元気に働きましょう
- 1 小さな親切を 勇気をもって行いましょう
- 1 きまりを守り よい習慣をつくりましょう
- 1 子どもたちのために 明るい家庭と美しい町をつくりましょう
- 1 文化を育て 健康で平和な社会を築きましょう
- 1 人権を尊重し 差別のない人間関係をつくりましょう