

# 川口交流館だより



発行 川口交流館  
〒720-0824  
福山市多治米町1-30-4  
電話 953-2393  
メール kawaguchi-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

## 健康推進事業

### くわい料理教室

<主催:川口学区まちづくり推進委員会>  
<共催:川口学区公衆衛生推進協議会>

ほろ苦さと甘味がくせになる「くわい」は、福山市が全国シェア1位の特産品です。地元ならではの調理法として、今回はくわいご飯とチップスを作ります。

- とき 12月9日(土) 10:00~12:00
- ところ 川口交流館 1階 実習室 ●材料代 300円
- 講師 福山市食生活改善推進員のみなさん
- 対象 川口学区住民(20人)
- 申込み 前日までに、川口交流館(☎953-2393)へ



## 社会教育活動事業

「親の力」をまなびあう学習プログラム

### 私の時間、子どもの時間 ~つくってありますか?心のゆとり~

日々の育児のなかで心にゆとりを持てるよう、上手な時間の使い方について考えます。みんなで話して子育てのヒントを見つけ、身近なつながりをつくりましょう。

- とき 12月19日(火) 10:00~11:30
- ところ 川口交流館 1階 和室 ●受講料 無料
- 対象 子育て中の人 ※子ども連れで参加できます。
- 申込み 前日までに、川口交流館(☎953-2393)へ  
※定員に空きがあれば、当日でも参加できます。



## 冬至のかぼちゃ汁



<主催:川口学区まちづくり推進委員会>

運気が上昇する冬至の日は、「ん」が2つつくものを食べると「運」が呼びこめるといわれています。「なんきん」がたっぷり入った温かい『かぼちゃ汁』の振る舞いをしますので、どうぞお越しください。

- とき 12月22日(金) 10:00~11:30
- ところ 川口交流館 駐車場 ※実習室のテラスより提供します。建物の東側へお回りください。
- 内容 かぼちゃ汁の無料配布(1人1杯のみ) ※無くなり次第終了します。  
注)かぼちゃ汁はその場で食べていただきます。お持ち帰りはできません。

守ろうよ 人の命と 人権を

川口学区まちづくり推進委員会からのお知らせ

# ふれあい祭を開催しました！

10月28日(土)・29日(日)に、川口小学校と川口交流館を会場に「2023川口学区民ふれあい祭」を開催しました。今年では4年ぶりの大規模開催となり、模擬店や音楽会などを楽しみに多くの学区民が訪れてにぎわいました。

オープニングは備後新選組のよさこい踊り



体育館で川口小吹奏楽クラブと城南中吹奏楽部が演奏♪



おもしろランドでゲームをしたら柿をもらったよ



子どもボランティアがお餅を丸めるお手伝いをがんばりました



しめ縄作りの体験は親子づれで大盛況



大きな綿菓子に子どもたちが大行列・・・待たせてごめんね！



防災炊飯体験ではポリ袋でさつま芋ごはん作りに挑戦しました



交流館ではサークルや地域住民の作品を展示

民生委員の無料喫茶は気軽におしゃべりを楽しめると好評でした

# 予告 川口学区とんと祭



●とき 2024年1月14日(日)  
※雨天延期 1/21(日)

●ところ 川口小学校 運動場

※詳細は、次回の交流館だよりでお伝えします。

## ～高齢者ふれあい広場で交流しました～

<共催:川口学区福祉を高める会>



川口学区在住の一人暮らし高齢者を対象にした交流会「ふれあい広場」を、11月11日(土)に川口交流館で行いました。

コロナ禍で中止が続き4年ぶりの開催となりましたが、約50人が参加して地域内での交流を深めました。

前半は、音楽療法士の吉本裕美さんの指導でイスに座ったままできる軽い運動を音楽に合わせて行い、後半はビンゴゲームを楽しみました。参加者は、ゲームで笑ったり、おしゃべりをしたりして、久しぶりに多くの人と一緒に過ごすひとときを満喫しました。

## ～防災講演会で地域災害を学習～

<共催:川口学区自主防災協議会>

今年度の学区自主防災訓練は、11月19日(日)に防災講演会で地域災害についての学習会を、26日(日)は福山市総合防災訓練に併せた黄色のリボンの掲出訓練を行いました。

講演会では、講師の山下祐一さんが主な自然災害のしくみについてクイズを交えながら解説し、川口学区の被害予測を示されました。

マイ・タイムライン(自らの防災行動計画)については、「どこにいつ避難するか、いつまでに避難を完了するか」等の部分を、作成シートにどのように記入すればよいのか具体例をあげて伝えられました。

26日(日)の訓練では、1337世帯が黄色のリボンを掲出しました。



今回の講演資料と「マイ・タイムライン」の作成セットを希望者に配布します。交流館の窓口にお声かけください。(先着100部)



## ～スポーツ雪合戦大会を開催～

<共催:川口学区子ども会連絡協議会>



小学生を対象にしたスポーツ雪合戦大会を、11月25日(土)に川口小学校体育館で行い、21人の子どもたちが参加しました。

スポーツ雪合戦は、7人でチームを組んで対戦し、お手玉のような布製のボールを投げ合います。シェルターと呼ばれる壁をうまく利用してボールに当たらないようにしながら、相手の陣地にある旗を先に奪った方が勝つ競技です。

ボールの投げ方もいろいろとあり、狙って投げるだけでなく、たくさんまとめて雨のように降らせる攻撃方法もあります。ボールを補充する人、旗を奪いに行く人など、子どもたちは役割分担をして作戦を考え、ゲームを楽しんでいました。

# 住みよいまちづくり懇談会の報告

＜川口学区人権啓発推進協議会/川口交流館＞

今年度の「住みよいまちづくり懇談会」は、4年ぶりに町内会別の開催となりました。懇談内容については、町内会長と協議しそれぞれの地域で関心のあるものを取りあげましたので、身近な人権問題について学習を深めることができたのではないのでしょうか。

来年度も、地域課題の解決や誰もが安心して暮らせる社会につながる内容で懇談会を実施する予定です。どなたでも参加できますので、ぜひ、お誘い合わせてお越しください。



## こ~んなのしたよ! ~11月~

### 11/15(水) フレイル予防講座



健康推進課の永田さんからフレイルの基礎知識について説明を聞いた後、介護予防福祉士の原田さんの指導でボールを使った脳トレ体操をしました。「失敗するほうが脳トレになるのでラッキーですよ」と、動きや数を間違えても落ち込まないようアドバイスがあり、参加者は声をかけあって笑顔で運動を楽しんでいました。

### 11/18(土) きいてみよう DAY



スマートフォンやパソコン等の操作に悩む住民を支援する相談会を実施しました。川口シェイクハンズのメンバー3人がアプリの機能や写真の撮り方、メールの送受信などについてアドバイスをした後、参加者は飲み物をいただきながらお互いのスマホの利用状況など情報交換をして交流しました。

### 11/21(火) 焼肉のたれ作り



今年度2回目の焼肉のたれ作りをしました。にんにくの皮をむく作業では、小房に分けて上下をカットした後、ボウルに入れて上からもう一つのボウルで蓋をして振ると皮が離れやすくなる「裏技」を、ベテラン参加者が伝えていました。

講師の田村さんは「年末年始に家族でたくさん使ってくださいね」と話されていました。

### 交流館の年末年始の休館日

12月29日(金)より

1月3日(水)まで

良い年を

お迎えください



よく知ろう 税のゆくえと 大切さ