



千年交流館だより 第15号

2024年6月1日(土)発行 千年交流館 福山市沼隈町草深 1889 番地6
☎ (084)987—3188 chitose-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



2024年度 千年地区自治会連合会・本部役員・単位自治会役員の紹介

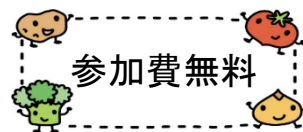
今年度、地域活動やまちづくり事業で
お世話になる自治会長の皆さまです。
一年間、よろしくお願いします。

役職名	地域名	名 前	役職名	地域名	名 前
会 長	小尾越	末吉 英治	事務局長	阿 北	馬屋原 励三
副会長	宮 本	岡田 寿夫	事務局次長	千年交流館	吉永 和生
副会長	奥 組	藤本 邦明	会 計	矢 川	中山 照子
副会長(兼)	小尾越	末吉 英治	監 査	片 山	伊原 秀夫
副会長	樋之上	大竹 輝明	監 査	槇 尾	村上 裕幸
理 事	堂 尾	河野 則之	理 事	土生西	藤原 弘治
//	奥 江	白石 勝	//	土生東	岡崎 茂
//	菅 野	小島 康浩	//	敷 名	佐藤 幸平
//	林 崎	東 賢一郎	//	将木角	山田 憲和
//	土 居	岡崎 敬造	//	榊形団地	井元 愛子
//	浜 組	池永 彰次	//	横 引	渡壁 孝雄

(敬 称 略)

シニア食生活改善教室 主催: 福山市食生活改善推進員協議会

🔍 健康でいきいきと過ごすために、みんなで楽しく
食事のポイントについて学びましょう!



【とき・内容】

1回目 7月 5日(金) 10時30分 ~ 『低栄養を防いですこやか食生活』

2回目 9月 3日(火) 10時30分 ~ 『骨粗しょう症予防の食事』

※食生活改善推進員による講義・参加者による調理実習と試食

【対象者】 おおむね 65 歳以上の方及びそのご家族(ご家族の年齢は問いません)

【場所】 沼隈サンパル

【持参物】 エプロン 三角巾(大判のハンカチなど) ふきん、
筆記用具 マスク

ばらのまち福山イメージ
キャラクター
「フレイル予防ローラ」

【申込先】 千年交流館 ☎ 987—3188

※締め切りは、実施日の 1 週間前まで ※参加費は無料です。

※申込が 5 人未満の場合は、中止します。その場合は、食生活改善
推進員から連絡させていただきます。

※当日、ご本人やご家族に体調不良がある場合の参加はご遠慮ください。



次回の古紙回収は、**6月23日**です。
担当は、Cブロックです。
よろしくお願いします。
千年地区まちづくり推進委員会 (古紙回収事業)

草深公園6月の清掃日程

公園内にたばこの吸い殻やお菓子のごみが落ちています。
園内禁煙・ごみの持ち帰りをお願いします。



ボランティアの会	子ども会	菅 野	林 崎	公衆衛生協議会
6月1日(土) 8:00~ C・Dブロック	6/3~6/9	6/10~6/16	6/17~6/23	7月6日(土) 8:00~ C・Dブロック
	🗑 トイレの清掃をこの1週間のうちの1日で行ってください。			

千年地区まちづくり推進委員会

6月の行事予定
沼隈図書館

㊦ ワクワク！えがおのおはなし会

- おとも子どももどなたでも
いっしょにおはなしの世界を楽しみましょう♡

日時 6月30日（日）14:00～14:40
場所 ぬまくま交流館2階創作室（沼隈図書館）
参加 無料 申込み 不要
沼隈図書館 ☎（084）987-5630

《出演》
おはなし広場（朗読ボランティアサークル）
《内容》
おべんとうバス（大型絵本）
おてがみ（人形劇）
きつねのおきゃくさま（ペープサート劇）ほか



ぬまくま市民交流センター（沼隈支所）の供用開始

及び災害時の緊急避難場所の変更について

現在工事中のぬまくま市民交流センターは、本年7月16日（火）から供用開始になります。

工事期間中の緊急避難場所は想青学園としていますが、7月16日からは、ぬまくま市民交流センターとなりますのでお知らせします。



沼隈支所 庶務担当
Tel 980-7700



山本瀧之助
フィールドワーク

参加費無料

今回は
常石コース

を開催します！

6/15（土）
先着20名
9:30～11:30

ぬまくま交流館
（沼隈図書館）集合



瀧之助イメージキャラクター

昨年に引き続き、
今年も私こと
山本瀧之助
ゆかりの
地をめぐり
その思想に思いを
はせてください

電話・FAXまたは
Eメールで申込

◆説明は沼隈郷土文化
瀧之助研究会のみなさん

問合せ先→福山市南部地域振興課 Tel980-7713

Fax 987-2382 / nanbu-chiikishinkou@city.fukuyama.hiroshima.jp

3B 体操を始めてみませんか



「3B体操」とは、ボール・ベル・ベルターの頭文字がBで始まる用具を使っのストレッチ体操です。

音楽に合わせて楽しく、無理をせず、自分の体調・体力に合わせて行えます。

いつまでも若々しく健康に暮らせるように始めてみませんか。体験・見学にぜひ、来てみてください。

場 所 ぬまくま交流館 2階ギャラリー（沼隈図書館）

※7月16日以降は、千年交流館が沼隈支所に戻りますので千年交流館 3階大会議室で行います。

持参物 飲み物 タオル 室内シューズ
運動のできる服装

活動日時については、千年交流館にお尋ねください。

千年交流館 ☎ 987-3188



ちいさな手形・足形で
アートをつくろう！



お子さんの手形・足形を色紙にスタンプ ☺
かわいくデコって世界に一つしかない作品を記念に残しませんか ☺

日 時 6月25日（火）10:00～11:30

場 所 沼隈サンパル 1階 文化教養室（和室）

募集人数 乳幼児と保護者 5組

参加費 無料

申込み・問合せ

千年交流館 ☎987-3188

主 催 千年地区まちづくり推進委員会（千年交流館）

6月は住宅用火災警報器 点検強化月間

住宅用火災警報器は設置が義務化されてから、10年以上が経過しています。機器の電池切れや不具合も考えられます。定期的な点検（作動確認）の実施を推進し、必要に応じて機器本体を取り替えるなど適切な維持管理をお願いします。



引く派？



あなたの点検方法は



押す派？

＜お問い合わせ＞福山地区消防組合 予防課 Tel084-928-1192

火災報知器のメンテナンスを行っていますか？
いざという時、正常に作動するように、1年に一回は、ぜひ点検を！