



「つながるみゆき」～御幸のスペシャリストに学ぶ～
御幸ふるさと学習

「下岩成深草神社の起源を探る」

【1回目】下岩成深草神社の起源についてお話いただきます

10月21日（月）10:00～11:30

御幸交流館 会議室

【2回目】深草神社ゆかりの地を巡ります（現地学習）

10月26日（土）10:00～12:00

※9:45 みゆきまちづくり広場 集合

参加
無料

- 2回連続講座です。
- 資料を準備しますので、必要な方は筆記用具をお持ちください。
- 現地学習は、歩きやすい服装でお越しください。
- 飲み物が必要な方はご持参ください。

【講師】園尾 裕 さん

永年福山市で学芸員として勤められ、現在「東部市民大学」をはじめ、市内外で歴史講座の講師としてご活躍されています。

【定員】20人（申込先着）

【申込み・問合せ】御幸交流館 ☎955-0392

御幸学区社会教育活動事業

「御幸学区まちづくり推進委員会」からのお知らせ

福祉講演会

日時 10月5日（土）10:00～11:00

場所 御幸交流館 会議室

定員 35人（申込先着）

内容 『認知症について』

■認知症ってどういう状態？

■介護予防について

講師 福山市北部東地域包括支援

サブセンター加茂

参加
無料



「みゆきまちづくり」HP



【申込み・問合せ】御幸交流館 ☎955-0392

2024年度 御幸学区敬老行事について

今年度『敬老の日』をお迎えになられるみなさまにおかれましては、ご長寿誠にありがとうございます。

みなさま方が今日まで長きにわたり、地域社会の発展にご貢献いただいたことに心より感謝申し上げます。

御幸学区では、今年度は御幸小学校児童から手書きのお祝いメッセージカードと、実行委員会から心ばかりの記念品を郵送にてお渡しいたします。

これからも健康に留意され、引き続きみなさま方のご指導・ご助言を賜りますようお願いし、お祝いの挨拶とさせていただきます。

御幸学区敬老会実行委員会
委員長 井上 誠

御幸学区対象者 1,581 人

77歳以上

* 1948年（昭和23年）4月1日
以前に生まれた人

学区最高齢 105 歳

福山市からの記念品について

■対象者に市からお祝いメッセージが送付されます。

■特別記念品

80歳・90歳・100歳・学区最高齢者の
人には、記念品が自宅に郵送されます。

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んでみませんか？

【日時・内容】

1回目 9月14日（土） 10:00～12:00
『低栄養を防いですこやか食生活』

2回目 10月12日（土） 10:00～12:00
『骨粗しょう症予防の食事』

【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】御幸交流館 1階 実習室

【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

【定 員】15人

【申込み】御幸交流館（☎955-0392） ※締切り9月7日（土）

※参加費は無料です。

※申込みが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、体調不良の方は参加をご遠慮ください。



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」



予約不要 しゅんしゅん御幸



問合せ：福山市北部東地域包括支援サブセンター加茂

☎084-972-3124

『しゅんしゅん御幸』は、楽しく健康や介護予防について学び、いつまでも元気に過ごせるよう、体操や交流できる集いの場所です。

開催場所 御幸交流館 2階 会議室

開催日時 毎月第3木曜日 10:00～11:30

※3月はお休みします。（祝日のため）

■マスクの着用をお願いします。体調不良の方は参加をご遠慮ください。

■体操をするので動きやすい服装でご参加ください。

■午前7時時点で福山市に気象警報が発令されている場合は開催中止となります。お問い合わせください。

10月17日 ・消費者トラブルの実態と対策
・いきいき百歳体操

11月21日 ・知っておきたい！福祉用具のこと
・いきいき百歳体操

12月19日 ・病気を防ごう！冬に気を付けたいこと
・いきいき百歳体操

1月16日 ・地域を知ろう～生活支援コーディネーターの話～
・いきいき百歳体操

2月20日 ・人生会議（ACP）を知っておこう
・いきいき百歳体操

