

走島交流館だより

✉ hashirijima-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

発行 走島交流館
福山市走島町58番地
Tel 984-2550



シニア食生活改善教室

参加費無料

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？

【とき・内容】

9月13日（金）10:00～12:00

『低栄養を防いですこやか食生活』

**※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】 走島交流館 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

【申込先】 084-984-2550 （走島交流館）

※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、体調不良がある場合の参加はご遠慮ください。

〈社会教育活動事業〉

『リンパの流れをよくしてからだバランスを整えましょう！』

【と き】 10月29日（火）13:30～15:30

【ところ】 走島交流館（大会議室）

【講 師】 追林 けい子さん（NPO 法人リンパ健康アカデミーマスター講師）

リンパの働きや、リンパの流れをよくする方法を教えてください。

リンパの流れをよくして、心も身体もリフレッシュしませんか？

* 持参物 フェイスタオル・屋内シューズ・運動しやすい服装でおいでください。（飲み物は交流館で用意します。）

* 申込み・問合せ先⇒走島交流館（☎984-2550）

「福山市人権尊重のまちづくり条例」を知っていますか？

9月30日は福山市人権尊重のまちづくり条例施行日です。

福山市では、まちづくりの基本理念に「人間環境都市」を掲げ、「すべての人にやさしいまちづくり」「市民の主体的参加による協働」を柱として、基本的人権の尊重や差別解消に向けた取組を進めてきました。しかしながら、性別、年齢、障がいや疾病の有無、社会的地位や生まれ、民族、国籍、性的指向及び性自認などを理由にした様々な差別や偏見が、今もなお存在しています。

そうした状況から、「差別のない、誰もが真に大切にされる社会の実現」をめざして、この条例が制定されました。

条例には、互いの人権を尊重し、自らも人権意識を高めることなど、市民の役割等が定められています。すべての人が基本的人権を持つかけがえのない個人として尊重される社会の実現に向け、一人ひとりが、様々な人権問題について理解を深め、差別を許さない、差別を解消していくという意識を持ち、行動に繋げていきましょう。

「アンコンシャス・バイアス（無意識の思い込み・偏見）」の啓発動画を YouTube に掲載しています。是非ご覧ください。



『交流館だより』がインターネットでも閲覧できます！

いつも「交流館だより」をご愛読いただきありがとうございます。
スマートフォンやパソコンを使って、カラー版「交流館だより」がインターネットでも閲覧できるのはご存じですか？

市のホームページの各交流館のページから、最新号から過去の交流館だよりまで、いつでも、どこでも確認することができます。

走島交流館 で検索 またQRからアクセスしてください。



走島交流館は『クーリングシェルター』に指定されています！

福山市内の交流館は「クーリングシェルター」として、熱中症特別警戒アラートの発令時に危険な暑さから避難できる施設に指定されています。

平日（土日祝日を除く）8:30～17:00

指定暑熱避難施設
クーリングシェルター
COOLING SHELTER

