# 藤江交流館だより

発 行 日 2024年(令和６年)12月１日

☎ 084-935-7401
✉ fujie-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

藤江交流館ホームページ（カラー）
交流館だよりも見ることができます

開催中!!

## イルミネーション in ふじえ 2024

**期　間**　2024年12月7日(土) ～ 12月25日(水) 19日間
**場　所**　藤江交流館 横グラウンド
**点灯時間**　18時00分～21時00分

12/24(火) 19:00頃～

子どもたちへのプレゼントを持って、サンタクロースがやって来るよ
温かいコーヒーなどの販売も予定しています。

12/31(火) 18:00～翌0:30

イルミネーションは25日で終了しますが、大晦日限定で点灯します。年末帰省されているご家族・ご友人などと、ご一緒にお楽しみください。

＊**駐車場に限りがありますので、徒歩での来場にご協力ください。**
車でお越しの方は、誘導に従って駐車してください。
＊当日イベント内容が変更になることがあります。ご了承ください。

**展示者・団体**

✧ … 今年度初めて出展・協力していただいた方や団体です。

- ✦藤江保育所
- ✦藤江小学校
- ✦精華中学校
- ✦わんわん美容室 Rion
- ✦防火防犯協会
- ✦福祉を高める会
- ✦自治会連合会
- ✦平和会
- ✧藤江町絵手紙友の会
- ✧佐原　誠
- ✧資源ごみ回収推進委員会
- ✦藤江交流館

**協力団体**

- ✦藤江保育所保護者会
- ✦藤江小学校 PTA
- ✦精華中学校 PTA
- ✦交通安全協会
- ✦交通安全母の会
- ✦民生委員児童委員協議会
- ✦消防団
- ✦行政職員の会
- ✧藤江郵便局

**協賛**　✦みろくの里　✦中根電設有限会社

**主催**　藤江学区まちづくり推進委員会

講座を開催しました ✦ 社会教育活動事業 ✦

## 寝たきりを防ぐ運動

**筋力アップのための歩き方、各種トレーニング**

**11 月 21 日(木)13:30～15:00**
**藤江交流館　2 階　大会議室**

脳神経センター大田記念病院から、理学療法士の方を講師にお迎えしました。

最初に、要介護が必要となる原因の第 4 位：「骨折と転倒」を防ぎ、フレイル予防につなげるため、食事・口の健康・運動についてのお話を聞きました。

バランスの良い食事でエネルギー、特にタンパク質を一日約 50～60g 目安に摂取することが望ましく、また食事をおいしく食べるためにはお口の健康も大切ということで、みんなで早口言葉にチャレンジしました。

転ばない体づくりのための上半身・下半身の運動は、椅子に座ったままやその場でできる簡単なものでしたが、続けて行うとなかなかハード…　筋力アップ効果を感じることができたのではないでしょうか。

## 秋季フラワーロード

～ 花の植え替えをしました ～

まちづくり推進委員会の事業『 秋季フラワーロード 』(県道沿い・各自治会集会所周辺の花の植え替え）をしました。

今回も、フラワーサポーターや各種団体・自治会の方に 11 月 15 日～17 日の 3 日間で植え替えをしていただき、17 日にはまちづくり推進委員・ボランティアの会会員で、県道の草刈り作業を行いました。

前回に引き続き、交通安全協会役員の方には交通整理をしていただき、安全に作業することができました。

みなさまご協力ありがとうございました。

今回の花は
**ビオラ**です。

## さつまいも収穫

まちづくりの増田委員長宅の畑を借りて、５月下旬にさつまいもを植えた藤江小学校１・２年生が、10月中旬、育ったさつまいもの収穫をしました。

増田委員長から説明を聞いた後、難しいところはお手伝いしてもらいながら、軍手をはめた手で、丁寧に土の中のさつまいもを掘り出していきました。

自分で植え、収穫したさつまいも

## 交流館見学

10月下旬、藤江小学校２年生が、職場見学の最初の場所である交流館にやってきました。交流館事務室の様子や、おでかけ支援会ボランティアの方が受付事務や運転業務をされているところなど見てまわり、その後２階会議室で館長のおはなしを聞きました。

質問タイムでは「交流館でしているイベントは？」や、「名前が『こうりゅうかん』に変わったのはなぜ？」というものも…。

12月から始まるイベントに向けて準備されている、イルミネーション飾りなども見てもらうことができました。

藤江学区まちづくり推進委員会 公式 LINE

※QR コードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

## 藤江交流館に「施設予約システム」と「スマートロック」が導入されます

～ 貸室使用申請が、オンラインでもできるようになります ～

利用開始日　**2024年(令和6年) 12月19日(木)**

これまでの窓口での使用申請に加え、インターネットが使える端末から、貸室の空き状況の確認や交流館の使用申請ができるようになります。
同時に、使用許可後にメールで届く暗証番号を入力することで、鍵がなくても開けることができる、スマートロックの利用が始まります。

**～ 今までどおり、窓口での紙の申請もできます ～**

### 『無意識の思いこみ発見かるた』作りワークショップ

日常に潜む「思いこみ」について考え合った意見を基に、『無意識の思いこみ発見かるた』の読み札をみんなで制作します。（３回開催・・同じ内容で実施します。）

**と　き**　①12/22（日）②1/26（日）③2/2（日）
※3回とも　１４：００～１５：３０

**ところ**　①福山市役所　３階　大会議室
②西部市民センター　５階　大会議室
③東部市民センター　１階　第１会議室

**定　員**　各回３０人（先着）

**申込・問合せ**　申し込みフォーム、または
多様性社会推進課　９２８－１００６まで

かるたイメージ

### 年末年始の休館日

**2024年 12月29日(日)**
**～ 2025年 1月3日(金)**

職員は１月４日(土)から勤務します。
今年も交流館活動にご協力いただきありがとうございました。
来年もよろしくお願いいたします。

～ 守ろうよ 人の命と 人権を ～