

# 西交流館だより

2025年1月号  
発行 西交流館  
福山市西町1丁目19-2  
☎ 084-925-0442

nishi-krk @city.fukuyama.hiroshima.jp



文化部会とボランティアの皆さんで作った門松です。

## 新年明けまして

## おめでとうございます

旧年中は西交流館活動にご支援・ご協力をいただき、誠にありがとうございました。

本年も皆さんの『集い・学び・結ぶ』場として、より充実した交流館となるよう一層努力してまいります。

よろしく願い申しあげます。



## 善行市民賞受賞おめでとうございます



### \*個人の部「ばら賞」 栗原 寛さん

【表彰事由/抜粋】理科学習指導の学識を活かし、児童が興味深く楽しく活動できるよう尽力し、青少年の健全育成に大いに貢献している。

### \*個人の部「せんだん賞」 井上 勇さん

【表彰事由/抜粋】人とのつながり・安心安全な地域づくりを信条に、見回りや広報活動に尽力し、地域社会づくりに大いに貢献している。



## 西学区民賞受賞おめでとうございます



名 前	推薦団体
井上 美子	食生活改善推進員協議会
小林 恭子	食生活改善推進員協議会
下田 充夫	池之瀨町内会
武田 康利	長者町親和会

名 前	推薦団体
藤井 重之	西町協和会町内会
宝諸 真	佐波町町内会
本田 博通	町内会連合会
丸山 玲子	西堀端町内会

今後ともますますご活躍されることをお祈り、お祝い申しあげます。

## 人権啓発講座 **本庄コミュニティセンター・西交流館合同事業**

12月21日(土)に盈進中学高等学校ヒューマンライツ部の皆さんをお迎えし、

### ～平和を求める中高生からのメッセージ～



の発表がありました。ヒューマンライツ部は「手と手から 中高生として地域や国際社会の平和と人権の環を広げるために貢献する」をテーマに『地域貢献活動』『ハンセン病問題から学ぶ』『被災者交流活動』『核廃絶！ヒロシマ中高生による署名キャンペーン』を柱とした活動をされていて、手話での歌とともに発表されました。参加した方々は感動され、盛大な拍手が続いていました。この講座で人権について理解を深めることができたように感じました。



盈進中学高等学校  
ヒューマンライツ部



人権・社会教育活動事業

## ハートフルステージ2024

# 地域づくりは防災から

平成26年1月10日、広島市防災士ネットワークを組織し代表世話人に就任。広島市内の防災士を結集し、それぞれが所属する自主防災組織の活性化を進めると同時に防災士のスキルを高める活動始める。落合学区自主防災会連合会長として活動が評価され、総務省消防庁が主催する「防災まちづくり大賞」で総務大臣表彰を受賞。防災市民組織リーダー・防災コーディネーターの育成やフォロー研修のプログラム作成の支援にあたる。

やなぎさこ ちょうそう

講師 **柳迫 長三さん**

広島市防災士ネットワーク代表世話人  
広島自主防災アドバイザー

日時 **2月1日(土) 13:30~15:00**

場所 **福山すこやかセンター 多目的ホール**

- ★ 駐車場は、福山すこやかセンターの第1～第5をご利用いただけますが、駐車台数に限りがありますので、なるべく乗り合せでお越しく下さい。
- ★ 定員 100人 入場無料
- ★ 手話・要約筆記あります。

主催：福山市中部地域振興課  
共催：旭学区まちづくり推進委員会  
旭交流館  
問合せ：福山市中部地域振興課  
電話：084-932-7265

## フレイル予防講演会

日時：1月20日(月)

13:30~15:00

会場：エフピコアリーナふくやま



1. 講演(講師：大内尉義さん 福山市政策顧問)  
「フレイルって何？」  
～若いうちからフレイル予防～
  2. 運動指導(講師：豊田淑哲さん  
福山市フレイルトレーナー)  
「日常生活でできる筋力アップ体操」
- <申込先> 健康推進課【申込〆切：1月17日(金)】  
電話：084-928-3421

## 水路やため池の転落事故に気を付けましょう！

高齢者(一般)の方へ

- ・水路の近くを歩くときは、水路の反対側を歩くなど注意しましょう。
- ・夜間、外出するときは、懐中電灯などを携帯し、自転車はライトを点灯しましょう。
- ・危険な箇所があれば、家族や周りの人に声をかけましょう。

子どもや保護者・地域の方へ

- ・水路等の近くでは、ボール遊びなど危ないことをしないようにしましょう。
- ・水路やため池の近くでは、子どもから目を離さないでください。
- ・家庭や地域全体で、子ども達を事故から守りましょう。



福山市  
土木管理課

## つばやき・・・(昔のこと)



「古い奴だと思いでしょ、古い奴ほど新しいものを欲しがらる・・・。どこに新しいものがございます。・・・右も左も真っ暗闇じゃござんせんか。」(「傷だらけの人生」藤田まさと 詞 より引用)

昭和40年代(?)に流行った歌だったと思います。思い出された方は多分、片方の耳に手を当てて歌われている鶴田浩二さんの姿が頭に浮かんだのではないのでしょうか。昔のことって忘れているようで頭のどこかに格納されているみたいです。何かのきっかけで眠っていた記憶が引っ張り出されるとということがよくあると聞いたことがあります。

今回、「傷だらけの人生」を振り返ろうということではありません。私もいわゆる懐メロ的なものはよく聴きます。(と言うより、この頃のはやり歌についていけない・・・)60年・70年代の洋楽ポップやロックが大好きなんです、聞こえてくると幼いころのボロボロの家のことや小学校時代よく怒られていたことが蘇ることが沢山あります。小学校の時から歳の離れた姉や兄の影響でラジオをよく聴いていたためか洋楽が体に染み込んでいるようです。(そりゃあ歌謡曲や演歌なども少しは知ってます。)あっ、そうそう、テレビと言えば12chまでしかなく、ガチャガチャと回すチャンネルのレバーを本体から外してチャンネル争いをしてたことが思い浮かびます。未っ子の私はほぼ負けでしたが。

最近のある番組で「認知症」をテーマにしたものがありました。いろいろな記憶が失われているようだけど若い時に得た記憶は失われにくいということが多いというものでした。日常生活(買い物や人の名前、予定、約束・・・)に支障をきたす人(イギリス人でした)が、若い時好きだったビートルズの曲を次々とギターを弾きながらほぼ完璧に歌い続けることができるといったものもありました。と同時に、脳の活性化が見られていたというものでもあります。音楽というものが脳を刺激し、その曲につながる様々な事象を呼び起こし眠っていた記憶さえも刺激することがあるのかも知れない。音楽を通して仲間とも繋がりができ、または蘇り、新たなコミュニケーションがとっていけるとということも期待できるようです。単に昔を懐かしむということに留まらず新しい関係づくりのきっかけにすることさえできると思いました。よく考えてみると、写真を見たり、料理の匂いや味を感じたり、植物の手触りを感じたりするなど五感を働かせることの意義はとても大きいですよ。音楽に限らず、昔のことって経験したことって頭の中に格納されていて、引っ張り出されるきっかけを得ること新しいつながりを創っていける材料にもなると思います。

「ああ、おふくろの味だあ。～～を思い出すなあ。」「この匂い、今はいないおばあちゃんの煮物?・お父さんの仕事帰りの作業着の匂い?・・・」「この曲流れていた時プロポーズしたんよねえ。・ふられたんよねえ。・仲間と大笑いしたんよねえ。・涙流しながらやけくそでカラオケ歌ったんよねえ。・あの映画のこんなシーンだったなあ。・・・」

また、NHKの認知症予防の目的で製作された番組に「覚えていますか昔の道具」というものがあり、氷で冷やす冷蔵庫・炭を入れるアイロン・手でローラーを回して脱水する洗濯機・蚊帳・火鉢・五右衛門風呂・・・などが登場し、共通の話題で盛り上がり新しい仲間づくりに役立ててもらえたらなあというものがありました。そうです、昔のことを懐かしむことを退廃的に思わず、新しい友達作りやネットワークづくりのパイプに使えばいいんだねえ。・・・そういう一面で考えるといいんだねえ。交流館の各サークルさんの中にもこういったコンセプトで活動されてるものも多いのでは。

現代、人の生活になくてはならないインフラ(電気・水道・ガス・道路・・・)がパイプや線などのネットワークでつながって人々の生活を支えているように、豊かな経験もインフラとして新しい人とのつながりに活かしていけるといいなと思います。

よかったらどうです?懐かしの昭和歌謡を40何人ぐらいで踊りながら歌うってのは・・・?投票でセンター争いもあるようです。重さでステージの床が抜けると、「底抜け脱線ゲーム」になっちゃいますけど。(ご存じない世代の方々には申し訳ありません。) 瀬戸 保夫



2025年 1月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1 新年互礼会	2 西交流館休館	3	4
5	6	7 パソコンサークル (情報部会)	8	9 はざくらの会	10	11
12 西分団 消防祝賀会	13 [成人の日] とんど (ふれあい)	14 パソコンサークル (情報部会)	15 ユニカール (健康づくり部会)	16	17	18
19 アロマ講座 (健康づくり部会)	20	21 パソコンサークル (情報部会)	22	23 はざくらの会	24	25
26	27 築城隊 (総務部会)	28 パソコンサークル (情報部会)	29 ユニカール (健康づくり部会)	30	31	

2025年 2月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1 ばら花壇整備 (環境部会)
2	3 おもちゃサロン (高める会)	4 パソコンサークル (情報部会)	5 ユニカール (健康づくり部会)	6	7	8
9	10	11 [建国記念の日] パソコンサークル (情報部会)	12 いきいきサロン 福山ゆかいの 文学者について	13 はざくらの会	14	15
16	17	18 パソコンサークル (情報部会)	19 ユニカール (健康づくり部会)	20	21	22
23 [天皇誕生日]	24 [振替休日] 築城隊 (総務部会)	25 パソコンサークル (情報部会)	26 見守りボランティア 交流会 (高める会)	27 はざくらの会	28	