



山南交流館だより

発行 福山市山南交流館
福山市沼隈町大字中山南 7479 番地
電話 084-988-1981
(月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:15)
sanna-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



3 月行事予定 (市) 市主催事業 (ま) まちづくり事業 (サ) サークル活動

1 日 (土)	(沼隈病院) 予防医学講座 (MCI)	11:15～
2 日 (日)	(ま) グラウンドゴルフ大会	9:00～
3 日 (月)	(サ) 民謡さなえ会	13:00～
4 日 (火)	(サ) 椿 (3B 体操)	10:00～
5 日 (水)	(サ) さんなカナリヤコーラス ふれあいカフェさんな (サ) 編み物	10:00～ 10:00～ 13:30～
7 日 (金)	(サ) 茶 道 (市) 健康教室	9:30～ 10:00～
10 日 (月)	(ま) 第 11 回運営委員会	19:30～
11 日 (火)	(サ) 椿 (3B 体操)	10:00～
12 日 (水)	(サ) さんなカナリヤコーラス ふれあいカフェさんな (サ) ぶどう (気功サークル)	10:00～ 10:00～ 13:00～
15 日 (土)	(サ) スイートピー (F・アレンジメント)	10:00～
17 日 (月)	(サ) 民謡さなえ会 移動図書館	13:00～ 14:20～
18 日 (火)	(サ) 椿 (3B 体操) (ま) 第 12 回健康体操	10:00～ 13:30～
19 日 (水)	(サ) さんなカナリヤコーラス ふれあいカフェさんな (サ) ぶどう (気功サークル)	10:00～ 10:00～ 13:00～
22 日 (土)	(沼隈病院) 予防医学講座 (MCI)	11:15～
25 日 (火)	(サ) 食を楽しむ会 (サ) 椿 (3B 体操)	9:30～ 10:00～
26 日 (水)	(サ) さんなカナリヤコーラス ふれあいカフェさんな (サ) ぶどう (気功サークル)	10:00～ 10:00～ 13:00～

4 月行事予定 (交) 交流館事業

1 日 (火)	(サ) 椿 (3B 体操)	10:00～
2 日 (水)	(サ) さんなカナリヤコーラス ふれあいカフェさんな (サ) 編み物	10:00～ 10:00～ 13:30～
4 日 (金)	(サ) 茶 道	9:30～
7 日 (月)	(サ) 民謡さなえ会	13:00～
8 日 (火)	(サ) 椿 (3B 体操)	10:00～
9 日 (水)	(サ) さんなカナリヤコーラス ふれあいカフェさんな	10:00～ 10:00～
12 日 (土)	(沼隈病院) 予防医学講座 (MCI)	11:15～
14 日 (月)	(ま) 学区総会	19:30～
15 日 (火)	(サ) 椿 (3B 体操)	10:00～
16 日 (水)	(サ) さんなカナリヤコーラス ふれあいカフェさんな	10:00～ 10:00～
18 日 (金)	(ま) 4 部会	17:30～
19 日 (土)	(サ) スイートピー (F・アレンジメント)	10:00～
21 日 (月)	(サ) 民謡さなえ会	13:00～
22 日 (火)	(サ) 椿 (3B 体操)	10:00～
23 日 (水)	(サ) さんなカナリヤコーラス ふれあいカフェさんな	10:00～ 10:00～
26 日 (土)	(沼隈病院) 予防医学講座 (MCI)	11:15～
30 日 (水)	ふれあいカフェさんな	10:00～

移動図書館のぞみ号

問 ☎932-7222
(移動図書館)

■日 時：3 月 17 日 (月) 14:20～14:50

■場 所：山南交流館前

翌月の移動図書館まで約 1 か月間、15 冊まで借りることができます。読みたい本、借りたい本があれば、予約・リクエスト票を活用してください。図書館貸出カードをお持ちの人は持ってきてください。4 月から時間に変更になります。

(現) 14:20～14:50 → (新) 14:15～14:45

お間違えのないようにおこしください。

福山市一般介護予防事業健康教室

問 ☎928-1065
(高齢者支援課)

■日 時：3 月 7 日 (金) 10:00～

■場 所：清神会館 視聴覚室

■持参物：飲み物・タオル・動きやすい服装

■講 師：老人保健施設ぬまくま

福祉を高める会

第 12 回健康体操

問 ☎988-1981
(山南交流館)

◆年齢が上がってくるにつれ、つまづいたり、転びやすくなります。寝たきりを防ぐため健康寿命を延ばそう！

「第 12 回健康体操」に多くの皆さまのご参加をお待ちしています。今年度最後の体操になります。

■日 時：2025 年 3 月 18 日 (火) 13:30～

■場 所：清神会館 視聴覚室

■持参物：飲み物・タオル・動きやすい服装

茶道サークル仲間募集

問 ☎988-1981
(山南交流館)

◆私たちと一緒に「茶道」をしませんか？初心者歓迎！楽しく活動しています。

■日 時：基本毎月第 1 金曜日 9:30～
(準備時間を含む) ただし、都合により日程変更があります。

■流 派：表千家

■持参物：ふくさと懐紙

■場 所：清神会館 和室

ゆったりとした
雰囲気♡



気功太極拳サークル仲間募集

問 ☎988-1981
(山南交流館)

◆毎月 3 回、水曜日の 13:00 から清神会館視聴覚室で楽しく活動してます！
(※変更あり)

覚えなくても大丈夫！先生をお手本にして一緒にゆっくりと動きます。

お試し体験ができますので、

興味がある方はぜひ！！

※都合により日程変更があります。

まずは
準備運動を
しっかりと！

先生と
一緒に



2025年度 山南学区総会

問 ☎988-1981
(山南交流館)

■日 時：2025 年 4 月 14 日 (月) 19:30～

■場 所：清神会館 視聴覚室

■内 容：・2024 年度まちづくり並びに自治会連合会事業報告・会計報告

・2024 年度おでかけ支援会事業報告・会計報告

・2025 年度まちづくり並びに自治会連合会事業計画

(案)・予算(案)

・2025 年度おでかけ支援会事業計画(案)・予算(案)

2025年度 専門4部会

■日 時：2025 年 4 月 18 日 (金) 19:30～

■場 所：清神会館 視聴覚室

■内 容：2025 年度 まちづくり専門 4 部会

・役員選出 ・活動計画 ・その他

※総会、4 部会ともに対象者には案内を送付いたします。

至誠校区人権問題講演会



★2月1日（土）13:30～

「ひとりぼっちをつくらない！」

～社会的孤立・排除のない地域づくりをめざして～

講師に鳥取市中央人権福祉センター所長の川口寿弘さんをお迎えしました。

内容は「こども食堂」の立ち上げや運営に関してのお話でした。座っているだけ、やってもらうだけではなく積極的に関わっていると、そこから次の輪が広がり良い循環がうまれるというお話から、「生きがい」があれば人は元気になれるんだと感じました。爆笑ありの講演会となりました。

参加いただいた皆さまありがとうございました。

第11回健康体操



福祉を高める会

■2月18日（火）

「第11回健康体操」が実施され、「新・百歳体操」を重りをつけて行いました。健康寿命を延ばす体操です。まだ参加されたことのない方、一緒に運動をしてみませんか？

次回は3月18日（火）です。

小地域ネットワーク研修会



■2月20日（木）

「小地域ネットワーク研修会」が実施されました。社会福祉協議会から講師をお招きして講演会を行い、ネットワーク活動をされているかたの実際の活動報告もありました。

備後弁伝承の第一人者による

「診察室の備後弁」講演会



■2月27日（木）

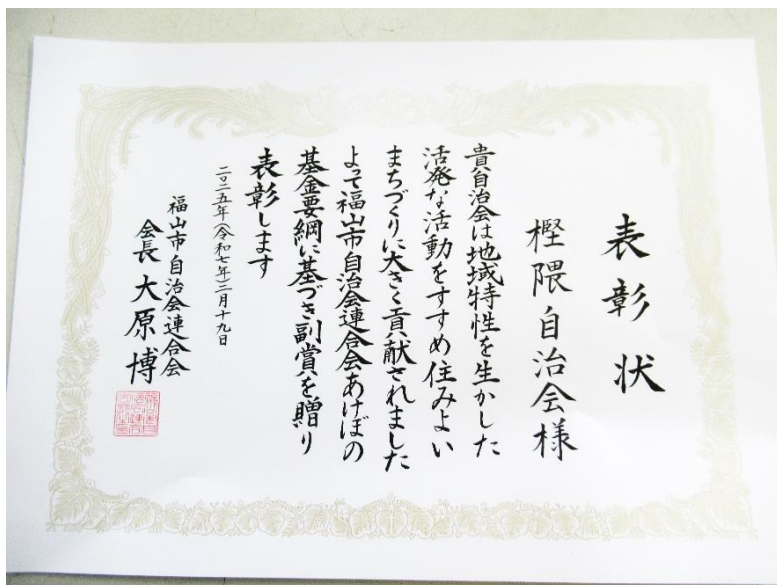
日ごろ、私たちが何気なく話している言葉が通じなくて言い換えることがよくあります。例でいうと机を持ち上げることを「カク」/「サゲテ」などなど。そこで備後弁伝承の第一人者、檀浦生田先生を講師にお迎えしました。「ニガル」「エズク」、「点滴がミテタところをミテタ？（備後弁圏の人）」「は？」（備後弁圏以外の人）」診察室に飛び交う備後弁に会場は大爆笑。当たり前に使っている方言も、ところ変われば同じ言葉でも意味と重症度が変わる診察室！（怖っ！）

講演会を聞いて備後弁は素敵な方言と再認識。

「伝えにゃあいけんなあ～」

講演会にはたくさんの方においでいただきました。ありがとうございました。

～福山市自治会連合会新形の基金より～
榎隈自治会が表彰されました！



■2月19日（水）

福山市自治会連合会の南部ブロックから推薦を受けられた「榎隈自治会」が、福山市自治会連合会あけぼの基金より表彰されました。

榎隈自治会（世帯数99）は、山南学区が目標としている伝統行事の継承やサロン活動等がされるなど、安心・安全なまちづくりに取り組まれていることが評価されました。

表彰式に出席された三谷自治会長さんは、「会員さんの日ごろの活動が認められたもの」と話されていました。

おめでとうございます！

主 催：山南学区まちづくり推進事業