

おおたにだい 交流館ニュース №298号



2025年5月15日発行
大谷台交流館

TEL: 948-0136

ootanidai-krk@city.fukuya

ma.hiroshima.jp



健康体操講座

～フレイル予防と楽しい脳トレ体操～

いつまでも自分のことは自分でできる体を
めざして楽しく体操♪

日時：6月18日（水）

10時～11時30分

場所：大谷台交流館 会議室

講師：東部保健福祉課

大谷台学区担当保健師



〈社会教育活動事業〉

シニア食生活改善教室

日時：7月9日（水）10時～11時30分

「食生活でフレイル予防」

※食生活改善推進員による講義と、
調理デモンストレーションの見学があります。

【対象者】 おおむね65歳以上の方及びその家族
（ご家族の年齢は問いません）

【定員】 10人

【場所】 大谷台交流館 実習室

【参加費】 無料

【申込先】 大谷台交流館（☎ 948-0136）

【申し込み締切り】 7月4日（金）



介護なんでも相談会

日時：6月17日（火）10時～11時

場所：交流館 図書室

相談員：認知症地域支援推進員

個別対応です。

申し込みは不要です。

お気軽にお越しください。

〈福山市地域包括支援センター坪生〉



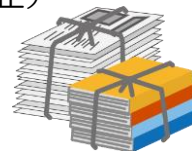
資源回収日のお知らせ

6月14日（土）・6月28日（土）

（新聞・雑誌のみ）

午前9時までに各ごみステーションに
お出ください。（雨天中止）

〈福祉を高める会〉



健康教室

筋力や体力が落ちてきたかなという人に向
けて、体を動かすことで元気な体づく
りのお手伝いをします。ストレッチや、
体操・脳トレなど誰でもできる内容です。

（おおむね65歳以上の方が対象）

日時：6月4日（水）10時～12時

場所：大谷台交流館 会議室

講師：（株）オフィスプロスタジオ

大戸さん 松葉さん

持参物：飲み物・タオル等

〈高齢者支援課〉



「守ろうよ 人の命を 守るもの」

6月のなまかカフェ & 食堂

集う仲間の笑顔が一番！！

皆さまのお越しをお待ちしております。

場所：大谷台集会所

時間：10時～15時

カフェ：学区内の方100円・学区外の方150円

食堂：学区内の方300円・学区外の方400円

*5月23日（金）の内容は百歳体操に変更となりました。

〈福祉を高める会〉

6月 6日（金） Wii・アレンジ花

13日（金） Wii・DVD鑑賞

20日（金） 食堂

27日（金） Wii・脳トレ

食堂のメニューは、
とりむね肉の梅肉
ロールです。



ご注意ください！！



4月の中頃、大谷台学区内で車上荒らし未遂がありました。

深夜2時ごろ物音に気が付いた住人が、自宅敷地内に駐車していた車の中を覗き込む人に声を掛けると、慌てて近くに停めてあった車で逃げた。

*車に貴重品など置いたままにしない

*車や自転車などにカギを確実に掛ける

（自転車には二重ロックをおすすめします）

*不審な車や人を見かけた時は110番へ

2025年度 まちづくり推進事業(予定)

5月22日（木） 平和コンサート

7月26日（土） 夏祭り

10月26日（日） ふれあい祭り

11月23日（日） 防災訓練

12月 6日（土） 健康ウォーキング

1月11日（日） とんど祭り

その他の事業・講座の予定は、決まり次第ご連絡いたします。



生活支援活動「近所お助け隊」を利用してみませんか？

庭木の伐採・簡単な剪定、草取り、粗大ごみ出し、買い物支援、室内作業（電気の取り換えなど）生活する中での困りごとをお助けします。

対象者：町内会に加入していること

75歳以上の高齢者世帯で支援が必要な方（元気な同居家族がいる場合は対象外とさせていただきます。）

75歳以下でも障がいがあるなど支援が必要な方。

*まずはご相談ください。担当者が見積もりに伺います。

相談窓口：大谷台交流館 948-0136

（素人ボランティア団体です。難しい作業はできない場合もありますのでご了承ください。）

