

各戸1部ずつお取りください

交流館は、みんなが
つどい・いこい・かたらう
まなびの広場です。

中条交流館 だより

第28号

2025年(令和7年)7月1日

中条交流館

福山市神辺町東中条186-1

☎967-0740

✉:chuiyou-krk@city.
fukuyama.hiroshima.jp



社会教育活動事業

~~~~~

## <ダンスエクササイズ&ストレッチ>

# ZUMBA(ズンバ)で！健康に！！

ZUMBA(ズンバ)とは、ラテン系の音楽に合わせて踊るダンスフィットネス・エクササイズで、運動不足の解消や、ダイエットなど効果大！また初心者でも楽しめます。

暑い夏、心も体もリフレッシュしましょう。

【と き】 **7月25日(金) 19:30~21:00**

【講 師】 TAKAKO さん ( ZUMBA インストラクター )

【ところ】 中条交流館 【対 象】 中学生以上どなたでも

【定 員】 20人程度 【参加費】 無料

【持参物】 動きやすい服装、ヨガマットまたはバスタオル、屋内シューズ、飲み物

【申込先】 中条交流館 TEL967-0740 ※22日(火)まで



2025年度(令和7年度)

## 祭 中条学区夏まつり

【と き】 **8月2日(土)**

**19:00~20:30**

雨天の場合 8月3日(日)

【ところ】 中条小学校運動場

※詳細については、夏まつりチラシを  
7月15日付の回覧時に各戸配布し、  
ご案内します。



## 踊り練習のご案内

8月2日(土)の中条学区夏まつりへ向  
けて、踊りの練習を行います。

【と き】 **7月28日(月)・30日(水)**  
**20:00~21:00**

【ところ】 中条小学校運動場

【指 導】 中条民謡保存会のみなさん



☆夏まつり模擬店☆  
ボランティアスタッフ募集！

～中条学区子ども育成協議会からのお願い～

中学生・高校生・大学生や小学校の保護者のみなさん大歓迎です！！

一緒に楽しみながら、模擬店のお手伝いをしていただける方を募集しています。

㊚特典：お手伝いの方には、ささやかですが賄いを準備しています。

【申込先】 中条交流館 (☎967-0740) または、

中条学区子ども育成協議会 庶務 藤井 達也 080-5613-1567

— 7月20日(日) 参議院議員通常選挙 —

「素敵じゃね！ 票に希望を託すキミ」



ばらのまち福山  
イメージキャラクター「ローラ」



まちパス  
25P

## 《認知症カフェ》ほっこりカフェ中条

【と き】 **7月28日(月) 10:00~11:30**

【参加費】 100円

【内 容】 ~お茶を飲みながら~ 歓談、認知症に関する話  
頭と体を使ったトレーニング など

★相談もお受けします

要申込



## しゃんしゃん中条

【と き】 **7月7日(月) 10:00~11:00**

姿勢が良くなるストレッチ・いきいき体操

**8月4日(月) 10:00~11:00**

靴の選び方と効率の良い歩き方教室・いきいき体操

学ぼう♪運動しよう♪



【ところ】 中条交流館

【主 催】 福山市北部東地域包括支援センター

【問合せ・申込先】

\* 福山市北部東地域包括支援センター TEL 962-2495

\* 中条交流館 TEL 967-0740



## 移動図書館のぞみ号

**7月14日(月)**

下三谷広場

10:10~10:40

中条交流館

10:50~11:20



## 中条さわやか運動教室

【と き】 **7月22(火) 10:00~11:30**

【ところ】 中条交流館

【主な内容】 新聞棒体操

【対 象】 どなたでも (申込不要・無料)

【持参物】 動きやすい服装、飲み物、タオル

【主 催】 中条学区運動普及推進員

【問合せ】 中条交流館 TEL 967-0740

## 活 動 報 告

### 社会教育活動事業

出張交流館 in 木之内公民館

### 「正しい姿勢と腰痛体操」「熱中症対策」について

福山市平成大学 看護学部の4年生の学生さんが、  
中条学区のみなさんを熱中症から守るためのポイント  
を考え作成してくれました。

6月11日(水)



中条交流館の  
大会議室に展示  
し、啓発をおこ  
なっています。  
みんなで「熱中症  
ゼロ」の中条をめ  
ざしましょう!

### 第60回

### 交通安全子供自転車広島県大会

### 団体の部 優秀賞

学科試験、実技試験で自転車の  
安全走行と技能走行について競い  
合いました

6月21日(土)

