

常石交流館だより
2025年7月1日

つねいし

第26号

発行:
沼隈町常石 213
☎ 987-3839

E-Mail/
tsuneishi-krk@
city.fukuyama.hiroshima.jp



7月1日からの行事予定

7月 1日(火)

◎常任委員会……………18:30～

◎まちづくり推進委員会…19:30～

7月16日(水)

◎安心・安全部会……………18:30～

交流館だよりを カラーで見よう!

スマートフォンやパソコンを使って、「交流館だより」がインターネットでも閲覧できるのはご存じですか?市ホームページの各交流館のページから、最新号から過去の交流館だよりまでを、いつでも、どこでも視ることができます。

常石交流館で検索または二次元コードからアクセスしてください。



←左の二次元コードから常石交流館ホームページへアクセスして、交流館だよりを探してみてくださいね。



クーリングシェルター

指定暑熱避難施設
クーリングシェルター
COOLING SHELTER



【クーリングシェルター (指定暑熱避難施設)について】

熱中症特別警戒情報が発表された際、危険な暑さから避難できる場所として市町村が指定する施設です。

指定したクーリングシェルターには施設入口などにクーリングシェルター・マーク(上図)を掲出します。

※常石交流館も指定されています。

つねいしの海と大地と空を感じて豊かな心を育てよう……………



ソフトボール投げ教室



★ 5年生感想 ★

- ★私は、体がやわらかいけど、なげるのが苦手なので、上手になれてうれしかったです。
- ★きょうは、ボールが前とくらべると遠くにながれて、うれしかったです。また、やりたいです!
- ★15mから25mにながれたので、上に向かってなげるのが大切。
- ★ステップがたいせつ。
- ★なげるのは、つりといっしょです。
- ★高くなげることが、大事だと思いました。

★ 先生のコメント ★

雨天のため、体育館でのソフトボール投げ教室になりました。そのため選手をより近く感じ、こどもたちは選手の説明を理解しやすいようでした。
次の日には、ほとんどのこどもの記録が伸びました。「左手(利き手でない方)をあげて目線を上に向けて!」のわかりやすいアドバイスがあったからだと思います。

今年度、まちづくり推進委員会では、つねいし交流広場へ多くの地域の人に参加してもらうため、「地域と学校の距離をより近づける取り組み」を継続して実施していくこととしています。

この度、6月11日(水)ツネイシブルーパイレーツ(地元企業の野球チーム)の協力を得て、常石ともに学園児童の投てき能力の向上とスポーツへの関心を高めるため、ボール投げ教室を開催しました。

投げるコツを教えてもらった児童たちは、投げる距離が伸びて、初級コースから上級コースになった子もいました。こどもたちは、選手にほめられ自信を持つことができる機会にもなりました。この教室を通して、こどもたちはスポーツ(選手)が身近な存在になり、楽しいものだと思えることができました。

昨年の交流広場での接点があったためか、終始なごやかな教室となりました。

ツネイシブルーパイレーツは、試合での勝利と同じように、地域に愛されるチームをめざして、積極的な取り組みを行っています。都市対抗野球大会(東京ドーム)・社会人野球日本選手権(京セラドーム)出場にむけて、みんなで応援の輪を上げましょう!



まずは、準備体操!



手をあげて!目線は上に!



ボールの握り方はね!



こどもの目線になって!

熱中症を予防しよう!

熱中症を防ぐためには、それぞれの場所に応じた対策をとることが大切です。適切な対策を取りましょう!

熱中症予防のために



暑さを避ける!



エアコン等で温度をこまめに調節



遮光カーテン・すだれの利用、打ち水の実施



外出時には日傘の使用、帽子の着用



天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩



吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用



保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

「熱中症警戒アラート」発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

こまめに水分を補給する!

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分を補給



熱中症の症状



応急処置をしても症状が改善されない場合は医療機関を受診しましょう

熱中症が疑われる人を見かけたら(主な応急処置)



エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など涼しい場所へ避難



衣服をゆるめ、からだを冷やす(首の周り、脇の下、脚の付け根など)



経口補水液を補給※

自力で水が飲めない、応答がおかしい時は、ためらわずに救急車を呼びましょう!

新池広場の草刈り



6月28日（土）、毎月第4土曜日に行われる古紙回収が終わったあと、災害時（津波）避難場所である新池埋め立て広場の草刈りが行われました。暑い中での作業、ありがとうございました。

シニア食生活改善教室

健康でいきいき過ごすために、みんなで楽しく食事のポイントについて学んでみませんか？

【とき・内容】

1 回目 7月11日（金）10時00分～『食生活でフレイル予防』

2 回目 9月19日（金）10時00分～『シニアのための家庭での食品備蓄』

※食生活改善推進員による講義・参加者による調理実習と試食

【主 催】福山市食生活改善推進員協議会（常石）

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

【場 所】常石交流館

【持参物】エプロン、三角巾（大判のハンカチなど）、ふきん、筆記用具、マスク

【連絡先】常石交流館 987-3839

※締め切りは、実施日の 1 週間前まで
※参加費は無料です。
※申込みが 5 人未満の場合は、中止します。
その場合は、食生活改善推進員から連絡させていただきます。
※当日、体調不良がある場合の参加はご遠慮ください。

7月25日（金）収集！

●燃やせる粗大ごみ

●蛍光灯・使用済乾電池・充電式電池

●ビデオテープ類・ライター類

●充電式電池が取り外せない小型家電

家庭ごみ以外は出せません。
決められた収集場所に朝8時30分までに出してください。

令和7年 夏の交通安全運動

令和7年7月11日（金）～7月20日（金）

全部を守って 命を守ろう

かぶるヘルメット ぶつかる危険を減らす

歩行者の安全な通行の確保

高齢者の交通事故防止

飲酒運転を根絶する危険運転の根絶

自転車の安全利用の推進

でをあげてくるまにおしらせほくほく

広島県 広島県警察 広島県教育委員会 公益財団法人 広島県交通安全協会・広島県交通安全活動推進センター

適切な避難行動を！

警 戒 レベル

状 況

行動を促す情報

5

災害発生又は切迫

きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保※1

〜＜警戒レベル4までに必ず避難！＞〜

4

災害のおそれ高い

ひなんしじ 避難指示※2

3

災害のおそれあり

こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難※3

2

気象状況悪化

大雨・洪水・高潮注意報（気象庁）

1

今後気象状況悪化のおそれ

早期注意情報（気象庁）

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令されるものではありません

※2 避難指示は、令和3年の災対法改正以前の避難勧告のタイミングで発令されます。

※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めたり危険を感じたら自主的に避難するタイミングである

お譲りします！
館での保管は一月間です。
あなたの家で眠っていて、活用できるものではありませんか？
交流館が有効利用のお手伝いをします。
お気軽にご相談ください。

ヘッドレストは、リクライニングができます。

座椅子 No.52

《サイズ》高さ：約 78 cm
横幅：約 66 cm
奥行：約 74 cm

キヤスター付き

折りたたんだ状態

《サイズ》高さ：約 114 cm
厚み：約 47 cm
（含.手すり）

No.53

折りたたみベッド

《サイズ》高さ：約 43 cm
横幅：約 92 cm
長さ：約 203 cm

つねいし散歩日和

5月31日（土）

参観日のあと、つねいし福祉を高める会の焼きそばを食べ、「つねいしタオル」を首からかけて、常石ふれあい公園（大越）をめざして歩きました。今年は、大越方面の「こども110番」の家へのあいさつとストップマークの確認と補修をしながらの散歩でした。途中で、キンカンやビービーをもらったり！公園に到着したら、毎年恒例の常石消防団のかき水で一息。復路は、ねこバスのお迎えで！これからも、地域の方に子どもたちの登下校を見守っていただきたいです。今年もたくさんの人に協力いただき、つねいし散歩日和が開催できました。ありがとうございました。（つねいし日和 佐藤）

※「つねいし日和」…交流イベントを企画するグループ



ぬまくまふれあいプラザ

開館：火、木、土 / 9～16時 ☎ 987-1228

健康教室

13:00～14:30 7月15日（火）

講 師：(株)オフィスプロスタジオ
持参物：飲料水（お茶）、タオル
上履き（スリッパ可）
※動きやすい服装で参加を。

※無理せず身体を動かし、人と話し、毎日元気に過ごしましょう。

開催については、ぬまくまふれあいプラザへご確認ください。

ニコニコサロン

（第1・3火曜日）
主催：つねいし福祉を高める会
7月15日・8月5日
会場 ぬまくまふれあいプラザ

★開催日には、「いきいき百歳体操」を実施します。（10:00～10:30）

尚、ニコニコサロンは通常通り開催します。