西交流館だより

まちづくりのホームページで『交流館だより』が見られます→

2025年9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

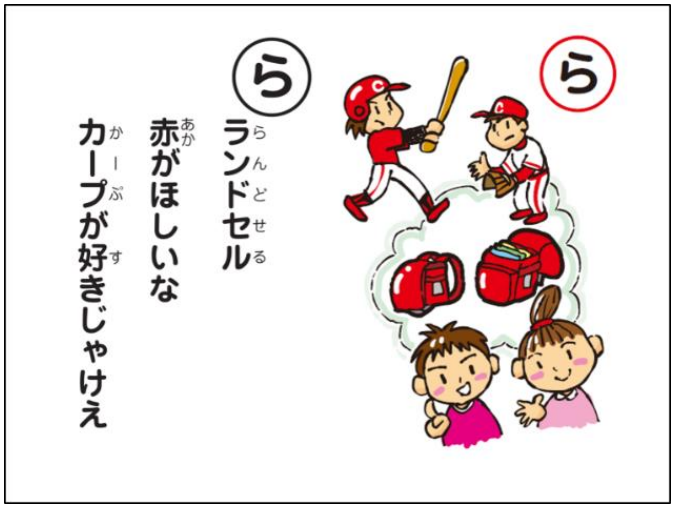
「かるた」で見つけよう「無意識の思い込み」

私たちは誰にでも、日常の中で無意識に思い込んでいる事があり自分の感性や見方を狭めていることが多くあるようです。

そこで市民のみなさんから聞いた経験や感想を読み札にしている「無意識の思い込み発見かるた」をご紹介したいと思います。

読み札は全部で44枚あります。

「かるた」を通じて、自分にもある「無意識の思い込み」について考えてみましょう！



小学校入学を控えたカープが大好きなこどもの発言です。女の子・男の子どちらの発言でしょう？

男の子が「赤いランドセル」を希望した際、性別固定観念により、買うのを躊躇することがありますが、性別に関係なく個性を尊重することが大切です。

フレイルチェック会

フレイルに早めに気づいて予防しましょう！

～あなたはフレイル状態になっていませんか～

●と　き　**10月10日（金）** 10:00～12:00　13:30～15:30
（※いずれの時間も内容は同じ）

●ところ　**山手コミュニティセンター**

●対　象　おおむね65歳以上の市民

●定　員　先着各15人（予約が必要）

●持参物　**屋内シューズ、**飲み物、動きやすい服装（裸足で測定する項目があるため、裾を膝まであげられるズボン・くつ下などでご参加ください。）

「フレイル予防ローラ」

<申込先>　健康推進課（9/16から受付）
電話：084-928-3421

他の日程や会場はこちらから→

8月の「西学区まちづくり行事」報告

西学区まちづくり推進委員会では、「健康づくり部会・環境部会・安全部会・文化部会・総務部会・情報部会」があり年間を通してそれぞれの部会が担当する内容に沿った事業を行っています。

８月は「盆踊り大会/文化部会」「わがまち発表会/安全部会」「環境研修会/環境部会」を実施しました。その様子を紹介します。

◆第50回盆踊り大会/文化部会◆【8月4日】

「西学区盆踊り大会」は古くから伝わる備中おどりや大和おどりの伝承と子どもたちのお楽しみでもある模擬店（PTA 運営）もあり、こどももおとなも一堂に集い親睦を深める事業です。西幼稚園児によるかわいい新福山音頭にほっこり。児童たちも今年は事前に盆踊りの練習をしてくれ、多くの人の踊りの輪が笑顔とともに広がりました。

◆わがまち発表会/安全部会◆【8月23日】

わがまち発表会　タイムスケジュールと発表内容/安全部会　(2025.8.23)

	時間	町内会名	発表内容	発表方法	発表者
①	19:10	長者町親和	町の歴史と受け継がれてきた行事	資料なし	光成　宜高
②	19:20	西町協和会町内会	町内会の福祉活動について	資料あり	荻原　勇二郎
③	19:30	西桜町町内会	西桜町町内会の福祉その他	パワーポイント	寺岡　晃治/黒田　孝則
④	19:40	西町北町内会	西町北町内会のサロン開設について	資料あり	髙橋　正憲
⑤	19:50	池之浦町内会	池之浦福祉会『いけいけサロン』	資料あり	森元　幸美
⑥	20:00	神島町内会	神島町町内会喫茶風サロン「おいな～す」について	資料なし	来山　伸
⑦	20:10	佐波町内会	ふれあい佐波司喫茶サロン	パワーポイント	井上　勇
⑧	20:20	西町南町内会	西町公園で毎月第4日曜日開催『公園で朝から珈琲を飲もう』について	資料あり	世良　有利
⑨	20:30	はざくらの会	認知症カフェはざくらの会について（目的と活動の様子）	資料なし	西ケ谷　保美/笠川　みどり

「わがまち発表会」は各町内会の取組（自慢話）を発表して、他の町内会活動の参考にしてもらおうという事業です。今年度のテーマは「福祉活動について」でした。各町内会で行われているサロンや老人クラブなどの特徴ある活動について発表。時には笑いあり、歌あり…と持ち時間 10 分を工夫しながら、わかりやすく発表してくださいました。

◆環境研修会/環境部会◆【8月24日】

今年度の「環境研修会」は「福山ローズエネルギーセンター」を見学しました。3R（リデュース＝ごみを減らす、リユース＝繰り返し使う、リサイクル＝資源として再利用する）の大切さや、ごみ処理の工程を実際に見て、燃やした熱を利用して発電していることなど、地球環境にやさしい取り組みが進められていることを知りました。また、福山市のパッカー車のナンバーがすべて「530（ごみゼロ）」であることを知り、環境への思いが込められていると感じました。「ごみをへらそう！」という合言葉を聞き、日常生活の中でわたしたちができることがたくさんあると感じました。環境部会では、継続して牛乳パック・廃油の回収「西学区のエコでえ～こと」活動も行っています。

西学区まちづくり推進委員会
エコでえ～こと「応募専用カード」
住　所　福山市　　町　丁目　番　号
氏　名
電　話
エコシールを貼ってください（スタンプ可）
地域振興券お渡し印
チェック
年　月　日

勝手なつぶやき・・（記念日、「敬老の日」によせて）

今年の「敬老の日」は、９月15日（月）です。

「敬老の日」の定義としては、「多年にわたり社会につくしてきた高齢者を敬愛し、長寿を祝う」ことを趣旨とする国民の祝日だそうです。調べてみると、戦後、兵庫県のある村の取り組みとして、農閑期で気候の良い９月中旬に「としよりの日」という高齢者の方々に敬意を示す日を設定したのが始まりと聞きます。このことが発端で、全国にも広がっていったのだそうです。

年を重ねるということは、様々な経験（辛いこと、悲しいこと、嬉しいこと、楽しいこと・・）（挫けたこと、乗り越えたこと・・）を通しての歩みを持っているということだと思います。同じ言葉でも、経験をもとにした重さがあります。

とかく多忙な日常を送らざるをえない現代、時に忘れてしまいがちな「人への感謝の思い」を取り戻すための大切な節目の日でもあると思います。対象者への気持ちを表すことはもちろんでしょうが、それができる自分を思い起こしたり取り戻したりできる日にしたいなぁ。

曾祖母が９０代後半で亡くなりました。その数か月後祖父（曾祖母の息子）が７０代で亡くなりました。二人とも自宅で息をひきとりましたが、その床の傍に正座して、まさにその時を見ていた幼い自分を思い出します。短期間に続けて二人の家族の最期に臨んでいたわけですが、そのことが「死ぬって・・」「生きていることって・・」、答えは明確にはもてていませんが、人としての最後の姿を見せてもらえたことは、とても大きなできごとだと思っています。

「おい、保夫、今何時や？」「ええっと、もう六時じゃっ。」「もうろくじじい？もういっぺんゆうてみぃ！」「六時ってゆうたのにぃ。」「もうこらえん！いっつもゆうことときかんで、こらしめたる。」歩くのが難しい状態になっていた祖父ですが、杖を振り振り家の側の土手まで走って追いかけられたのを思い出します。祖父が大切していた土手に植えてあった李（スモモ）の実が熟してないのに、腹が減って熟れてない実をもいで食べたことが分かり、「もうこらえん！こっちにけぇっ！」。土手を走って逃げ、夜遅くまで家に帰らなかったことなどもありました。よく怒らせていた孫ですが、お墓に行って手を合わせる時、そんなエピソードも頭をよぎります。そして、「曾祖母や祖父、祖母、父や母たちがいたから、今、自分がいる。」って思えます。祖父や祖母は貧しい中、九人のこどもを育て、一人は戦死をしてしまい・・・。辛いこと悲しいこともたくさんあったでしょう。

今、生きておられる方々への敬いもそうですが、亡くなられた方々への敬いも改めて考えてみる機会にしてもいいかもしれません。（お盆や命日という日があるわけですが・・・。）

「敬老の日」に限らず、たくさんの記念日がありますよね。結婚記念日、誕生日・・などの個人の記念日、４月30日は図書館記念日（図書館法の公布が由来）、６月１日は気象記念日（東京気象台が観測開始）、８月15日は終戦記念日（ポツダム宣言受諾）、10月14日は鉄道の日（新橋と横浜間での鉄道開業）・・など、記念日は多くあります。豪華なプレゼントを用意し、盛大な催しを企画し、みんなでパーティーを開いて楽しむというものではないですよね。大切なのは、その機会に改めて考えてみたり感謝の気持ちを伝えたりして、ある意味少しでも自分を見つめる機会にするためのものでもあるんでしょうね。

一年中何かの記念日だらけです。６月４日は「虫歯予防デー」、８月31日は「野菜の日」・・のように健康などについて考えてみるためのものも。（語呂合わせもありなんだねぇ。）

毎月23日は「文（ふみ）の日」、15日は「イチゴの日」、29日は「お肉の日」、毎週金曜日（フライデー）は「揚げ物特売日」、毎週日曜日は「休肝日」・・・なんてものも。本当か？

繰り返しになりますが、人への思いや、ある出来事などへの思いは、つまりはそう思える自身のためにもなるということでしょうか。

西学区では、「敬老会」を９月15日（月）に開催する予定にしています。高齢者を大切にし、その方々の知恵や経験を学び継承しつつ、新たな文化を育んでいく機会にもできたらと思います。

ご長寿の皆様、これからもよろしくお願いします。そして、お体に気を付けて。　瀬戸保夫

2025年 9月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 パソコンサークル （情報部会） おもちゃサロン （高める会）	3 ユニカール （健康づくり）	4	5	6 ばら花壇整備 （環境部会）
7	8	9 パソコンサークル （情報部会）	10	11 はざくらの会	12	13
14	15/敬老の日 西学区 敬老会	16 パソコンサークル （情報部会）	17 ユニカール （健康づくり）	18	19 ほ～っとカフェ （子育て応援）	20 見守りボランティア交流会 （安全部会）
21	22	23/秋分の日 まちづくり 歴史勉強会② （いきいきサロン）	24	25 はざくらの会	26	27
28	29	30 パソコンサークル （情報部会）	築城隊 （総務部会）			

2025年 10月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1 ユニカール （健康づくり）	2 シニア 料理教室	3	4
5	6	7 パソコンサークル （情報部会） おもちゃサロン （高める会）	8	9 はざくらの会	10	11
12	13/体育の日	14 パソコンサークル （情報部会）	15 ユニカール （健康づくり）	16	17	18
19	20 環境保健講座 （いきいきサロン）	21 パソコンサークル （情報部会） まちづくり 歴史勉強会③ （いきいきサロン）	22	23 はざくらの会	24	25 さつまいも畑で収穫体験⑤ （コロコロパーク）
26	27 パソコンサークル （情報部会）	28 健康講座 （いきいきサロン） 築城隊 （総務部会）	29	30	31	