

てしろ交流館



2025年(令和7年)10月1日31号
 手城交流館 Tel 084-931-4009
 E-mail teshiro-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

10月の行事

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
		百歳体操				手城文庫
5	6 	7 百歳体操	8 自治連定例会 女性会定例会 おもちゃサロン	9 食生活改善教室 ふれあい大会 実行委員会②	10	11
12 手城学区民大運動会	13 スポーツの日	14 百歳体操	15 交流館へ寄って みませんか	16	17	18
19	20	21 百歳体操	22	23	24	25
26 ふれあい大会	27	28 百歳体操	29	30	31 	
11月の予定	12日(水)ハッピーランド		19日(水)交流館へ寄ってみませんか			

第39回手城学区ふれあい大会

と き:2025年10月26日(日)

じかん:9時30分~14時

抽選券付プログラムは
各戸配布します。

手城小学校・手城幼稚園
を会場に開催します。

おいしい! たのしい!!
がいっぱいですよ♪

車の駐車場はありません。
徒歩か自転車でお越しくださいね。

10月のよてい

8(水)

おもちゃサロン

親子 de えいごあそび!
Happy Halloween ♪

講師：鈴木 三容子さん

トリックオアトリート!
お菓子をくれなきゃいたずら
しちゃうぞ~
みんなでたのしみましょう!(^)!

時間 10時~11時30分頃
場所 手城交流館 会議室
対象 乳幼児と保護者

—福祉を高める会—

9(木)

食生活改善教室

いざという時の!
目分量クッキング

メニュー

- ☆ツナと昆布の炊き込みごはん
- ☆かんたんフォカッチャ
- ☆湯煎パスタ

ペットボトルの
キャップや紙コップ
を使って作ります!

無料です

申し込みが必要です 手城交流館 931-4009

定員 15名

15(水)

交流館へ寄ってみませんか

ハッピーハロウィン!
大人も楽しむハロウィンパーティー

講師：鈴木 三容子さん

トリックオアトリート!
大人だってハロウィンを楽しみましょう♪
笑いの絶えない楽しい時間です!!

時間 10時~11時30分頃
場所 手城交流館 会議室
対象 成人一般
参加費 100円

—ボランティアの会—

12(日)

手城学区民大運動会

8時45分~15時ごろ
手城小学校グラウンド

優勝

10(水)

ハッピーランド

『ベビーマッサージと相談会』



にしだ助産所の西田啓子さんを講師に迎え
ベビーマッサージと育児相談をしました。
情報過多の今、育児でママもしんどい時代です。
西田先生との対話で心が軽くなりました!!



17(水)

交流館へ寄ってみませんか

『詐欺に巻き込まれないために!』

思い込みがいちばん怖い!!
なんとなくでも違和感を持ったら、まず家族や知り合い
交流館や警察に話してみる事です!
一人で考えてもなかなか解決はしません。
みなさん、真剣に聞き入っていました!

港町交番のお二人に
お話しいただきました!



25(木)

シニア食生活改善教室

『シニアのための家庭での食品備蓄』

～災害への備えを見直す機会に!～



災害備蓄品を使った料理を作り
ました! ローリングストックで
常に安心を備えましょう!

メニュー

備蓄 de 炊き込みご飯
備蓄 de 和え物
備蓄 de カレースープ
備蓄 de チョコクランチ



フレイル予防イメージキャラクター
「フレイル予防ロー」



注目されています! 給食レシピ!!



学校給食といえば! 年代を映し出しますね♪

クジラの竜田揚げ・ソフト麺・鮭のホイル蒸・揚げパンなど、話せばキリがありません(笑)

今、検索ワードで上位になっているのが「給食レシピ」です!

物価高のいま、低コスト・高栄養で注目されています。

福山市の給食は美味しいと言われていますが、大人になると食べる機会がありませんよね…

そこで! 手城交流館には給食レシピが置いてあるのをご存じですか?

毎月小学校から送られてきますので、持ち帰っていただきご家庭で作ってみてください♪

材料も一般的なもので、作り方もとても簡単でおいしくできます。

交流館の階段踊り場の壁に置いてあります。

ご自由にお持ち帰りくださいね(▽)/

? こんだて ?



いざ、国勢調査!

重要
国勢調査のお願い

インターネットでの回答が かんたん・便利です

インターネットでかんたん便利に!

かんたんログイン

所要時間 5-10分*

ポケモも対象?!

日本に住むすべての人が対象

*ひとり暮らしの方の目安

5年に一度、全員参加の統計調査

国勢調査 2025



9月下旬頃から
調査書類をお届けします

調査期日

10.1 水

<https://www.kokusei2025.go.jp/>

国勢調査2025

検索



⚠ 国勢調査をよそおった詐欺(さぎ)や不審な調査にご注意ください。



総務省統計局・都道府県・市区町村

