



# ご長寿おめでとうございます！

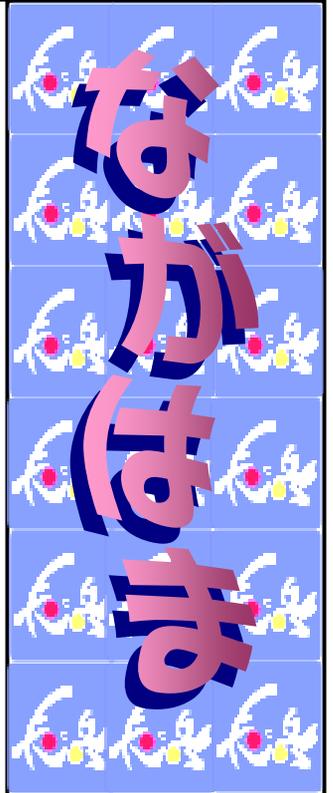


今年度、長浜学区にお住まいの対象者（77歳以上）は、

**539名**です。（男性212人・女性327人）

長浜学区では、各町内会の役員さんやボランティアの皆さんが「敬老の日」前後に対象者へ記念品をお配りし、ご長寿をお祝いするとともに感謝の気持ちといたします。

（福山市から、80歳・90歳・100歳および学区最高齢者の方には「特別記念品」が直接郵送で贈呈されます。）



## 第49回長浜学区ふれあい体育祭



**10月19日(日) 9:00~ ※雨天中止**

**場所 長浜小学校グラウンド**



大きな声援で体育祭を盛りあげましょう！！  
※中止の場合は、ふれあい文化祭で抽選会を行います！  
プログラムの保管をお願いいたします。



## 【まちづくり懇談会のお知らせ】

（住民学習会）

「お互いを大切にし共に支えあう地域づくり」をテーマに、より地域の絆を深め人権を大切にする地域づくりをめざして、次のとおり今年度のまちづくり懇談会を開催します。ご近所お誘いあわせいただき、多数のご参加をお待ちしています。



月 日	町内会名	学 習 内 容	場 所
10月15日(水) 19:00~	手城・引野長浜	こどもも大人も高齢者も！男女みんなで笑って「健幸」づくり	長浜集会所
10月16日(木) 19:30~	庵の下・旭	防災のまちづくり	元長浜幼稚園
10月16日(木) 19:30~	宮之谷	環境出前講座	宮之谷集会所
10月21日(火) 19:30~	皿山	介護保険制度	皿山集会所
10月22日(水) 19:30~	西沖浦	DVD 視聴 探梅 春遠からじ	西沖浦集会所
10月22日(水) 19:30~	日通	環境出前講座	日通集会所
10月24日(金) 19:30~	堂之脇・浜	防災のまちづくり	元長浜幼稚園

★各町内会で日時・内容が違いますのでご注意ください。各自所属の町内会会場へご参加ください。

~きのうより ふえるといいな ありがとう~

《発行》  
長浜交流館  
東手城町 2-11-25  
☎941-7019  
  
nagahama-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

# ながはまサロン「いっぴく」のご案内♪

社会教育活動事業

～脳トシ・椅子ヨガで  
脳と体をととのえよう!～

とき **10月9日(木) 13:30～**

楽しい脳トシと椅子ヨガで全身の  
血液の流れを良くして、脳を活性  
化させましょう!

講師 矢野祥子さん(ヨガインストラクター)

★長浜交流館会議室です!★100円で飲み物(おやつ付)を準備しています。★申し込みは要りません。

～オカリナの音色で  
心穏やかに♪～

とき **10月23日(木) 13:30～**

こすもすのみなさんによる  
オカリナ演奏を聞きます。  
オカリナの音色にうっとり  
しちゃいませよ♪



社会教育活動事業

脳がイキイキ若返る!  
脳トシピアノ♪

とき **10月2日(木) 10:00～**

脳をイキイキ若返らせながら、指1本から  
楽しく弾けます。音楽に合わせた軽めの体  
操や脳トシゲームもあります。楽譜が読め  
なくても大丈夫!楽しみ  
ながら体験してみましょう♪

講師 酒井容子さん



長浜学区まちづくり推進事業

器から作る多肉植物  
(フェイクアレンジ)

とき **10月25日(土) 13:30～**

定員 **10名**

参加費 **1500円**



暮らしのインテリアにいかがですか? イメージ写真です

申し込みは長浜交流館941-7019まで

※作品はふれあい文化祭出展後のお渡しとさせていただきます。

なかよし健康体操からのご案内  
～体力測定してみませんか～

とき **10月14日(火) 10:00～  
11:30**

ところ **長浜交流館 会議室**

なかよし健康体操は、シニアの方を対象に、  
毎月第2・第4火曜日に開催してます。  
みなさん、お気軽に参加してみてください。

お待ちしております♪

《希望の長浜ロード清掃活動  
に参加しませんか!!》

とき **9月28日(日) 13:30～**

ところ **長浜小学校校門前**

みなさん!避難道として活用できる長浜ロードを  
ご存じですか?いざという時に備えて、日頃から  
維持整備に努めています。併せてローズガーデン  
の手入れも行います。\*雨天の場合は中止です。