

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32号

2025年（令和7年）11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



## 【内閣府連携】

### 2025年度 中条学区自主防災訓練

【と き】 **11月23日(日・祝)**

**9:00~**

- ◇各自、避難袋を持って避難しましょう！
- ◇参加者に、ライスクッキーを配布します。

#### 【訓練の流れ】

- ◆9:00「南海トラフ地震」発生  
※緊急速報メールが届きます。
- ◆合図を受け取ったら、一次緊急避難場所（各町内会の緊急避難場所）へ避難します。
- ◆町内会でまとまって、二次緊急避難場所（中条小学校）へみんなで避難します。
- ◆中条小学校で、自主防災本部運営訓練や、**大型ドローンによる物資輸送訓練**が行われます。

雨天決行

詳しくは各戸配布の別紙チラシをご確認ください。

社会教育活動事業

暮らしをもっと便利に！

## 『福山市公式LINE活用講座』

【と き】 **11月25日(火) 10:00~11:30**

【ところ】 中条交流館

【講師】 福山市デジタル化推進課 職員

【対象】 どなたでも 【定員】 15人

【持参物】 スマートフォン・筆記用具

【申込先】 中条交流館

TEL 967-0740

※11月20日（木）まで



福山市公式LINEを登録すると、市からの大切なお知らせをタイムリーに受け取ることができます。

また、住民票の写しなどの請求、公共施設の予約、ハザードマップや避難場所の確認、ごみの分別を自動回答するサービス…など暮らしに役立つ利用法を学びます。

友だち登録はこちらから



@fukuyamacity

社会教育活動事業

## 『うんちいく ウン知育教室』

【と き】 **12月2日(火) 10:00~11:30**

【ところ】 中条交流館

【講師】 栗木原 史弥 さん

（ヤクルト山陽 福山支社）

【対象】 どなたでも 【定員】 20人

【持参物】 筆記用具

【申込先】 中条交流館 TEL 967-0740 ※11月25日（火）まで



健康のバロメーターである便について「作る」「育てる」「出す」の3つのチカラをテーマに模型を用いながら楽しくお伝えします。本講座では、腸周りの筋肉を鍛える「腸トレ体操」もあります。

# フレイルチェック会～あなたはフレイル状態になっていませんか～

【と き】11月11日(火) 13:30～15:30

【ところ】中条交流館 【対 象】おおむね65歳以上の市民

【定 員】先着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)

<申込先>健康推進課

電話: 084-928-3421

## 福祉部会よりお知らせ

### ふれあい料理教室



【と き】11月22日(土) 10:00～12:00

【ところ】中条交流館 【参加費】500円 【定 員】15人

【持参物】エプロン・三角巾 【申込み】中条交流館 TEL 967-0740

※11月17日(月)まで



### 移動図書館のぞみ号

11月18日(火)

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】11月25日(火) 10:00～11:30

【ところ】中条交流館

【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



### ほっこりカフェ中条

【と き】11月17日(月) 10:00～11:30

【参加費】100円(要申込)

【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

### しゃんしゃん中条

【と き】12月1日(月)

10:00～11:00

※11月は祝日のため、  
お休みです。

### 高齢者インフルエンザ・高齢者新型コロナウイルス感染症

#### 予防接種にかかる税証明の発行について

予防接種の個人負担金免除に該当される場合、証明手数料が無料となります。

証明書は交流館でも無料で発行できます。

取扱時間: 月曜日～金曜日(祝日を除く) 9:00～12:00

詳しい情報は、中条交流館内のチラシまたは、

「福山市 インフルエンザワクチン」「福山市 コロナワクチン」で検索 してください。

