

いせがおか交流館だより

2025 年(令和 7 年)11 月 7 日

発行：伊勢丘交流館

福山市伊勢丘四丁目 6 番 1 号 TEL 084-947-0511

E-mail: isegaoka-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

カラー版は
こちらから→

時 とき 所 ところ 講 講師 対 対象 主 主催 ￥ 材料費 申 申込み 持 持ち物 定 定員 問 問合せ

カラダニイコトゼミ④

書道体験 干支のカレンダー

日本の伝統文化「書道」を体験してみませんか？ 集中して筆を使い一時的に思考から離れることで、ストレスの軽減にもなるそうです。来年の干支「馬」を感性豊かに書いてみましょう。

時 11 月 20 日(木) 10:00~12:00

所 伊勢丘交流館 多目的室

講 津島 久代 さん(書道同人審査員)

対 成人一般(どなたでも)

定員 16 人



社会教育活動事業



消しゴムで篆刻づくりのあと、カレンダーに干支を制作します。



お手本がありますので、初めての方でも大丈夫です！

持 書道道具(貸出しあり)

￥ 350 円(材料費)

主 申 伊勢丘交流館

福山市総合防災訓練に参加します！

時 11 月 23 日(日) 9:00~

南海トラフ地震を想定した
市内一斉の避難訓練

【各町内会自治会】

1. 住民の安否確認

※詳細は各町内会に委ねます

2. 自主防災対策本部へ報告

【伊勢丘学区自主防】

所 災害対策本部設置(伊勢丘交流館 会議室)

対 自治連役員・町内会自治会会長および
防火防災部長・防災士

小町くらぶ

カンタン！絶品本格チーズケーキ

定員 9 人

時 2026 年 1 月 20 日(火)

10:00~12:00

所 伊勢丘交流館 実習室

講 村上 真理恵 さん

対 成人一般(どなたでも)

持 エプロン、三角巾、ふきん(2 枚)、タッパー

￥ 1,000 円程度(持ち帰りあり)

主 伊勢丘学区まちづくり推進委員会

申 伊勢丘交流館



ぷるんっ♪
美しくて
おいしい



社会教育活動事業報告

カラダニイコトゼミ②「あなたのカラダ大測定会」を 9 月に開催しました。握力、開眼片足立ち、タイムアップ、ゴースト、骨密度、血管年齢の測定を行いました。結果や日頃気になっていることについて、講師の方へ積極的に質問され、注意すべき点、改善方法などについて、会場のあちらこちらでミニ講習が行われました。

福山市地域包括支援センター坪生の和田さんは、単発ではなく計測を定期的に行い、体力を保つための指標に役立ててほしいとお話されました。



カラダニイコトゼミ⑤

社会教育活動事業

予告

骨粗鬆予防・改善のための運動と食事

時 2026 年 2 月 19 日(木) 10:00~11:30

所 伊勢丘交流館 会議室 測定だけでも受け付けます！

内 骨密度測定(足で計測)と座学



人権相談所のご案内

12 月 4 日~10 日は
人権週間です

毎日の生活の中にある小さな悩みや困りごと、話せばきっと気持ちが楽になります。

時 12 月 9 日(火) 10:00~15:00

所 伊勢丘交流館 多目的室

※このほかの開設日などについては交流館などに置いているチラシでご確認ください。

問 広島法務局福山支局福山人権擁護委員会協議会
電話(084)923-0100



小町くらぶ 干支の折り紙 ～天翔けるうま～

時 12月10日(水) 10:00～12:00

所 伊勢丘交流館 多目的室

講 児玉 尚子 さん

¥ 600円 定 18人(先着順)

持 はさみ、ボンド、定規、鉛筆

主 伊勢丘学区まちづくり推進委員会

申 伊勢丘交流館まで(☎947-0511)



午年の迎春準備の色紙を作ります。金と白の縞模様の和紙でペガサスを折り、空色の色紙に貼れば、希望あふれる新年が迎えられそうです。難しそうに見えますが、鶴が折れれば大丈夫です。



ミュージックサロン

2台のピアノで楽しむ音楽ワンダーランドでクリスマスパーティーを楽しみましょう♪

時 12月16日(火) 10:00～11:30

所 伊勢丘交流館 会議室

演 藤原美香 さん、吉岡尚美 さん

¥ 無料 定 40人

対 赤ちゃんからおとなまで

主 伊勢丘学区まちづくり推進委員会

申 伊勢丘交流館まで
(☎084-947-0511)



伊勢丘学区の福祉を高める会

おもちゃサロン

無料

たくさんのおもちゃで遊びながら交流を!

時 11月19日(水) 9:30～11:30

12月17日(水) 9:30～11:30

(クリスマス会 12月のみ要申込)

所 伊勢丘交流館 会議室

対 未就園児とその保護者



いきいきサロン

無料・申込不要

時 11月26日(水) 9:30～12:00

所 伊勢丘交流館 会議室

対 65歳以上の方

内 絵手紙(カレンダー)

12月はお休みです。



伊勢丘学区人権学習会 2025

伊勢丘学区思いやりのあるまちづくり協議会
伊勢丘交流館

11月30日(日) 10:00～12:00 伊勢丘交流館 会議室

無料

第1部 講演「身近な犯罪から身を守るために」

講 師：榎本 哲晶 さん(福山東警察署伊勢丘交番 巡査部長)

特殊詐欺などの犯罪から、わたしたちの暮らしと人権を守るために地域に密着したお話をうかがいます。



「減らそう犯罪」
広島県民
総ぐるみ運動
マスコット
キャラクター
「モシカ」

第2部 ロマどりン コンサート

ロマン柏原さん(ボーカル・ギター)と前田宏樹さん(フラットマンドリン)によるユニット ロマどりんが、ふるさとを思い出させるメロディーと歌、軽快なブルースサウンドをお届けします。

曲目 ・あの素晴らしい愛をもう一度
・映画館のあった街
・僕の古いギター 他

フラットマンドリン独特の音色で、カントリーミュージックやフォークソングをお楽しみください!



どなたでも参加できます。
お気軽に申込みください。

※申込み・問合せは 伊勢丘交流館まで(☎084-947-0511)



ふくやま人権大学2025

【参加無料】 【要申込】

※手話や要約筆記が必要な場合は、事前にご相談ください。

【人権レシピコース】「住んでよかった」にしたいまちの人権レシピ(全3回)

①11月13日(木) アイスブレイク「無意識の思い込み発見かるた」

講義「福山市人権施策基本方針の改訂について」

②11月27日(木) パネルディスカッション

「人権尊重のまちづくりに向けた地域活動について」

③12月11日(木) 講義「人権とは」 講師：客本 牧子さん(人権擁護委員)

●会場 福山市まなびの館ローズコム4階 中会議室 ●時間 19時～20時30分 ●定員 50人(先着順)



【人権レシピコース】
申込フォーム

【表現コース】「ちがい」を重ねてひとつになる～演劇を通じて出会ってみよう～(全3回)

①1月17日(土) 講義「表現方法を学ぶ」

ワークショップ「演劇の手法を使ったコミュニケーションゲーム」

②1月24日(土) グループワーク「わたし」を表現し、「あなた」と交わる

③1月25日(日) グループワークと発表「わたし」と「あなた」を「みんな」に伝える

●会場 福山市西部市民センター(①③は2階ホール、②は5階多目的室) ●時間 13時～17時

●講師 一般社団法人 舞台芸術制作室無色透明 ●定員 20人(先着順)



【表現コース】
申込フォーム

【主催・問合せ・申込】 多様性社会推進課 TEL 084-928-1006 FAX 084-928-1229

～福山市地域包括支援センター坪生～

出前講座お受けします!!

町内会やサロンなど、地域ぐるみでの学習にご利用ください。

- ・認知症について
- ・健康について
- ・介護予防について
- ・居場所づくりについて
- ・権利擁護や終活について
- ・地域の困りごとについて
- ・介護保険制度や高齢者を支える各種制度について



※講座は少人数からでもお受けします。気軽にご相談ください。

福山東部の地域を住みやすく活気ある地域にするために
みなさまのご依頼をお待ちしております(^-^)

福山市地域包括支援センター坪生 ☎084-947-9090

軽度認知障害(MCI)を予防しよう

□の中には同じ文字が入ります。
※こたえは4頁の下部にあります。

問1

□□み
う□□ね
か□□□き
□つ□あげ

問2

□じ□
□ご□て
□し□と
□つ□げ



11月は

オレンジリボン・
児童虐待防止推進
キャンペーン

「虐待かも」と
思ったら



児童相談所虐待対応ダイヤル
「189(イチハヤク)」へ

GOMIフェス 伊勢丘CUP'25

まちパス対象 参加賞あり

まちをきれいにするだけじゃない企画を、みんなでつくりあげてみませんか?小中学生、高校生大歓迎♪ 当日だけの参加も受付中です。
(事前ミーティングは11月30日13:30～伊勢丘交流館)

時 12月14日(日)9:00～11:00

所 伊勢丘交流館(8:50集合)

対 伊勢丘学区にお住まいの方

持 長袖・長ズボン、軍手、飲み物

主 伊勢丘学区まちづくり推進委員会

雨天中止

メールでの申込み
はこちらから↓



日	月	火	水	木	金	土
11 ²³ 勤労感謝の日 総合防災訓練	24 振替休日	25 自治連行事部会	26 いきいきサロン	27	28 自治連広報部会	29
30 人権学習会	12 ¹ 自治連役員会	2	3	4 ばらバラ 友の会 	5	6 こども食堂 
7 自治連定例会	8	9 人権相談 子ども会育成協議会定例会	10 小町くらぶ 「干支の折り紙」 中山定例会	11 サンタウン定例会	12 あおぞら定例会 あすなろ定例会	13 新伊勢丘定例会
14 GOMI フェス さくら定例会	15	16  ミュージックサロン ふれあいフードコート 	17 おもちゃサロン 介護相談  思いやり役員会	18 ばらバラ 友の会 	19 自治連広報部会	20 こども食堂 
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	12月29日～1月3日は 休館です。 		

福山市東部市民大学祭

展示・ステージ発表

日 時：12月13日（土）10時～15時30分
14日（日）10時～15時

会 場：東部市民センター

駐車場：鳳中学校グラウンド



特別公演

火 炎 太 鼓

出演：

JFE 太鼓部

12月14日（日）12時～12時30分

会 場：1 階ホール

※入場無料 どなたでも入場できます。

11月の 木版画 展示 「晩秋の閑谷 床鏡面」



伊勢丘学区在住の東山翼也さんの作品を展示しています。

江戸時代に建てられた備前市にある史跡、閑谷（しずたに）学校。その講堂の漆塗りの床に美しく紅葉した2本のカイノキが映っている様を、8枚の版木を彫り、色を刷り重ねて表現しています。

ぜひご覧ください。

サークル紹介 展示中♪

交流館利用サークルによる活動紹介を、交流コーナーに12月末まで展示しています。

個性と魅力にあふれたバラエティ豊かな活動紹介を作ってくださったサークルのみなさん、ありがとうございます。

みんな見てね！

