

第33号

# たけひろ

## 2025 交流館だより



2025年(令和7年)12月1日

発行  
竹尋交流館福山市神辺町下竹田8-1  
(084)965-0131

Email : takehiro-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



### から始めよう! 元気な暮らし♪

“食べること”は元気の源。体にやさしい手づくりの食で健康づくり♪

まちづくり推進事業



### 男の料理教室

◆とき 1月16日(金) 9:30~12:30

- ◆ところ 竹尋交流館 和室・調理室
- ◆対象者 どなたでも(申込みが必要です。)
- ◆定員 先着15人
- ◆材料費 300円
- ◆持参物 エプロン・三角巾・筆記用具

申込締切  
1/13  
(火)申込み・問合せ先 / 竹尋交流館  
084-965-0131

#### Menu

- 豚ひれ肉の利休焼き
- チングル菜のソテー
- 五目ごろご飯

### 美味しいみそづくり

✿とき 1月24日(土)  
9:30~12:00

- ✿ところ 竹尋交流館 調理室
- ✿対象者 どなたでも(申込みが必要です。)
- ✿定員 先着15人
- ✿材料費 1,050円(大豆をお渡し時に集金します。)
- ✿持参物 炊いた大豆・煮汁・大きめの容器  
エプロン・三角巾・ふきん

申込締切  
1/6(火)

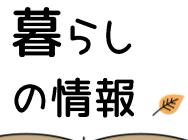
自家製みそを作りませんか?

▶事前に大豆400グラムをお渡ししますので  
交流館へお越しください。

#### 【お渡し期間】

1月14日(水)~17日(土)

- \*約1kgの味噌ができます。(土曜日は午前のみ)
- 「大豆の炊き方」の説明書きをお渡しします。
- \*材料費をご持参ください。
- \*倍こうじ味噌を作りたい方は材料費が1,750円になります。



ご存じですか?

### 認知症の『もしも』に備える

福山市認知症高齢者等個人賠償責任保険

家族も地域も  
ほっと安心

#### 1 何のための保険?

認知症が原因で偶発的に他人にケガをさせたり、他人の財物を壊したこと等により、損害賠償責任を負った場合に、保険金の支払いを受けることができます。

#### 2 誰が対象?

- ・福山市に住所がある方。
- ・「福山市認知症ひとり歩きSOSネットワーク」へ事前登録している方。
- ・要介護認定または要支援認定を受けており、事業趣旨を理解したうえで加入を希望される方。

#### 3 費用・申込みは?

- ・利用者負担: 無料  
(保険料は市などが負担)

《申込み・問合せ先》  
福山市社会福祉協議会  
福祉のまちづくり課  
084-928-1333

★まずは「認知症ひとり歩きSOSネットワーク」への登録とお問合せを★

ドン!  
大丈夫。保険でカバーされます



↑県最大級の横穴式石室の  
梅木平古墳。  
中をのぞいてワクワク!  
昔の人の暮らしに思いをはせました。



↑みんなで御年代古墳へ!  
大きな石棺が二つもあって  
びっくり。「昔の人はどうやつ  
て作ったのかなあ?」

予定を変更して  
貞丸古墳へも  
行きました。↓



↑「浮城」と呼ばれた三原城址の堀を  
眺めながら戦国の時代にタイムスリップ

【主催:歴史文化事業部会】



11/14  
(金)

### 「暮らしに役立つAI『ChatGPT』を使ってみよう」

講師に生田浩士さん(リンクスクエア代表)をお迎えして  
生成AIの基礎を学ぶ「学びのカフェ」を開催しました。

講座ではまず、AIの仕組みや最新のChatGPTの特徴をわかりやすく解説。続いて、文章づくり・メール文作成・画像生成など、実際に日常で使える操作を参加者自身のスマホやパソコンで体験しました。

「こんなふうに文章が作れるんだ」「画像を作るのは面白いね」といった声が聞かれ、参加者同士が操作を教え合う場面もありました。楽しく取り組める内容で、「暮らしに役立ちそう」との声も多数寄せられました。

新しい技術を気軽に学べる楽しい講座となりました。



### 1月の「竹尋さわやか運動教室」

【とき】 1月15日(木)  
10:00~11:30

【ところ】 竹尋交流館  
【内容】 新聞棒体操  
【持参物】 タオル・飲み物  
新聞棒(ある方)

無料



### 竹尋出張いきいき学習・相談会

【とき】 12月17日(水)  
13:30~15:30

【ところ】 竹尋交流館 集会室

【内容】 介護保険制度  
どんな施設があるの?

福山市地域包括支援センターかんなべ  
☎960-3890

無料

『助け合い 人と人を つなぐ糸』

### 移動図書館が来ます♪

【とき】 12月17日(水)  
1月20日(火)  
10:05~10:35

【ところ】 竹尋交流館 駐車場  
✿初めての方でも簡単な手続きで借りることができます。

