

# キラキラ しんいち

第190号

<https://www.city.fukuyama.hiroshima.jp/soshiki/hokubutiikishinkou/269916.html>



発行：新市交流館  
電話番号：(0847)52-5546

ホームページの  
QRです！



新年をお迎え、みなさまのご健康とご多幸をお祈り申し上げます。  
今年も職員一同、地域活動を支援できるよう努めてまいりますので、  
今年もどうぞよろしくお願いいたします。

交流館職員一同



第41回

## しんいち交流館まつり& しんいちマルシェ



「しんいち交流館まつり&しんいちマルシェ」は、地域交流を深める目的とし、交流館で活動しているサークルや教室の作品展示とステージ発表、一年間の成果発表及び交流の場として行います。また、新市保育所ぶどう組、新市小学校2年生児童、新市中央中学校生徒、戸手高校ダンス部の皆さんにも出演していただきます。

(問い合わせ：新市交流館 52-5546)

### ■作品展示

2月26日(木)～3月1日(日) 9時～17時

展示内容：\*いけばな \*絵手紙 \*着物リフォーム \*スマホ教室 \*パソコン教室  
\*クラフトテープ手芸 \*水彩画 \*手芸 \*写真 \*陶芸 \*ちぎり絵  
\*フラワーアレンジメント \*戸手高校(美術部・書道部)

展示場所：玄関ロビー 2階会議室

### ■ステージ発表

3月1日(日) 9時30分～14時予定

出演団体：\*オカリナ〔プリンセスローズ〕\*ピアノ〔らくらくピアノAクラス・Bクラス〕  
\*踊り〔ハートフルダンス〕\*着物リフォームファッションショー(パブリカ)  
\*コーラス〔コーラス教室〕\*新市小学校2年生 \*新市保育所ぶどう組  
\*太極拳〔チーム新〕\*太鼓〔神谷川親和会〕\*踊り〔備後絃音頭をつなぐ会〕  
\*ハーモニカ〔新市ハーモニカサークル〕\*吹奏楽〔新市中央中吹奏楽部OB会〕  
\*フラダンス〔アロハココ優芽・プルメリア府中〕\*尺八〔竹友会〕  
\*大正琴〔琴城流大正琴新市教室〕\*戸手高校ダンス部 \*新市中央中(1年、  
2年、3年)合唱大会のビデオ出演

### ■飲食コーナー しんいちマルシェ出店募集中!!

※3月1日の駐車場は、新市小学校グラウンドをご利用ください。

# 2026年度 新市コミュニティカレッジ 受講生募集

申し込み期間	2月2日(月)～2月20日(金) 平日 8時30分～17時 土曜日 8時30分～12時
申し込み方法	申込期間内に交流館へ電話でお申し込みください。 新市交流館 ☎(0847-52-5546)
受講者の決定	3月初旬に、はがきで通知します。(申し込み多数の場合は抽選となります。)
入学金	1講座につき300円 (受講決定の通知はがきを、交流館窓口へ持参し入学金の300円を納入していただきます。同時に受講のしおりをお渡しします。)
受講期間	2026年4月～2027年3月(1年間) ※受講日程は、講師の都合及び祝日により変更する場合があります。
講座内容	

講座名	講師	内容	日程	月会費(円)	定員(人)
からだカイゼン教室	からだカイゼントレーナー 崎谷 俊明	笑顔ある暮らしのため、プロのトレーナーが身体の構造・仕組みの話から、簡単なエクササイズを教えます。	第2・4月曜日 13:30～15:00	1,000	20
オカリナ (初級)	井上 美津子	楽器が全く初めての方でも楽しむことができ、やさしく郷愁をさそう音は、心が安らぎ健康に良いですよ。	第1・3金曜日 9:30～10:30	1,500 (材料代を含む)	5
オカリナ (中級)	井上 美津子	オカリナ経験者、2重奏のアンサンブル演奏を楽しみましょう。	第1・3火曜日 9:30～10:30 第1・3木曜日 9:30～10:30	1,500 (材料代を含む) 1,500 (材料代を含む)	10 10
オカリナ (上級)	井上 美津子	難しい曲にもチャレンジ、指使いやテンポの取り方、技術を習得しましょう。	第1・3金曜日 10:40～11:40	1,500 (材料代を含む)	10
らくらくピアノA	日野 敬子	中高年から始めるピアノ講座です。楽譜が読めなくても大丈夫。一緒に楽しみましょう。	第1・3火曜日 13:00～14:30	1,000 (材料代は別途)	25
らくらくピアノB			第1・3火曜日 14:40～16:10	1,000 (材料代は別途)	25
スマホ教室 (初心者)	老人大学講師 西 佳子	ライン通信など、少しずつできることを増やしていきましょう。	第2・4土曜日 10:00～11:30	2,000 (材料代は別途)	5
パソコン教室	老人大学講師 西 佳子	パソコンの基本操作ができる方。趣味や生活に役立つ内容です。(Windows11以上のノートパソコンを持っている方が対象です)	第1・3月曜日 10:00～11:30	2,000 (材料代は別途)	10
花教室	花職人 福岡佑映	季節の花を自分らしく自由にアレンジして、楽しんでみませんか!花のある暮らしは心を豊かにしてくれます。	第4木曜日 10:00～11:30	3,000 (材料代込み)	20

# みんなの終活



## エンディングノート ナビゲーターの 赤川なおみです！

「冬の見守り互助 (No.89)  
～新しい年を安心して過ごすために～」

こんにちは。「人生悔いなし！を全力サポート」の特定非営利活動法人エンディングノート普及協会代表理事の赤川なおみです。2026年もどうぞよろしくお願ひいたします。先日の地震、驚きましたね。みなさん、冷静に行動できましたか？寒い時期は、体調や暮らしへの不安が増えやすい時期です。年末年始の賑わいが落ち着くと、人との接触が減り、知らず知らずのうちに孤立してしまう人も少なくありません。だからこそ、この時期に大切になるのが「冬の見守り互助」です。

◎いつもと「ちょっと違う」様子に気がつきます。

冬は、体調の変化に気づきにくい季節です。寒さのため外出を控え、家の中で過ごす時間が長くなると、体を動かす機会が減り、体力や気力の低下につながります。特に一人暮らしの場合、誰とも会話をしない日が続くこともあります。こうした状況を防ぐためには、日常の中でのさりげない見守りが欠かせません。

見守りといっても、特別なことをする必要はありません。朝の挨拶、新聞や郵便物が溜まっていないかの確認、いつもと違う様子に気づくこと。それだけでも立派な互助です。「最近、顔を見ないな」「電気がついていない日が続いているな」と感じたら、声をかけたり、他のご近所さんと情報を共有したりすることが、安心につながります。

◎支え合いは、一方通行ではない

また、冬は暖房器具の使用が増える時期。ストーブは、灯油、電気にかかわらず、火災や事故につながる危険性があります。

まずは身の回りの自助、そしてご近所さんには、「気をつけてる？」の一言が大切です。

支え合いは一方通行ではありません。見守る側も、地域のつながりの中で安心を得ています。誰かを気にかけることで、自分自身も見守られていると感じられる関係が生まれます。それは、先日の地震のような、“いざ”という時に、助け合える地域づくりの土台となります。

◎2026年をどう過ごす？日々の声かけで、心もまちもホカホカに！

年始は、初詣や新年の集まりなど、外に出るきっかけもあります。誘い合って出かけることで、自然な見守りが生まれます。体力に不安のある人には、近くまで一緒に歩いたり、帰りの時間を気にかけてくれるだけでも安心感が違います。無理に参加を促すのではなく、「行けたら一緒にどうですか」と声をかける柔らかさが、互助を続けるコツです。

1月は「今年一年をどう過ごしたいか？」を考える時期でもあります。健康で、安心して暮らすためには、日々の見守りが欠かせません。ゴミ捨ての時、お買い物の時、病院や薬局であった時、ほんの一言の挨拶、ちょっとした気づき、寒い冬の暮らしを支え、地域に温もりをもたらすだけでなく、みなさんの心も温めてくれるはずですよ。

新しい年の始まりに、できることから「見守り互助」を始めてみませんか。小さな積み重ねで、「誰もが住みたくなるまち、しんいち」を、今年も少しずつ形にしていきましょう。



善行市民賞受賞「ばら賞」「せんだん賞」「団体賞」おめでとうございます!

★「ばら賞」後藤義孝さん

新市町の社会福祉協議会設立に貢献し、学校との連携、事業の推進に努め、児童に地域福祉の大切さを啓発するなど、地域福祉に大いに貢献している。



★「せんだん賞」中山孝範さん

保護司として、厚生保護活動に尽力し、福山地区保護司会の運営に積極的に携わるなど、青少年の健全育成に大いに貢献している。



★「団体賞」わらべの会の皆さん

学年に応じた絵本の読み聞かせを行い、児童の興味関心が深まり、想像力や読解力の育成につながるなど、児童の健全育成及び基礎学力の向上に大いに貢献している。



民生委員・児童委員のご紹介

民生児童委員は身近な相談者です。秘密は厳守します。

氏名	担当地区	氏名	担当地区
吉田 容子	1-1町内会	藤原 実(新)	9-2町内会
戸田 博士	1-2町内会	藤本 秀雄(新)	10-1町内会
吉岡 宏	2-1, 2-2町内会	和田 明美	10-2町内会
宮田 啓二(新)	3~4町内会	後藤 二郎	11・12・14町内会
後藤 利彦(新)	5~6町内会	千葉 行則	13町内会
松本 忠昭(新)	7~8町内会	金尾 律子(新)	15-1町内会
福島 康行	9-1町内会	濱崎 満夫	15-2町内会
龍華 佳穂	29区主任児童委員		

1月の花

2026年が始まりました。今年もよろしくお願ひ致します。

1年の始まりである今月のお花は凜と冷えた空気の中で、静かに存在感を放つ水仙をご紹介します。雪や霜に耐えながらも、ずっと伸びた葉の間から顔を出す姿は、控えめでありながら芯の強さを感じますね。

派手さはないけれど、目に留まる。そんな佇まいが、1月という季節によく似合います。

水仙の花言葉は「自己愛」「尊敬」「気高さ」。特に日本では、寒さの中でも凜として咲く姿から「気高さ」や「尊敬」の意味が大切にされてきました。

新しい年を迎え、心を整え、背筋を正して歩み始めるこの時期に、これほどふさわしい花言葉はありません。

香りもまた、水仙の大きな魅力です。甘さの中に清涼感のある香りは強すぎず、玄関や床の間、リビングに一輪あるだけで空気をやさしく変えてくれます。

切り花としても寒い時期は日持ちがよく長く楽しめます。

活ける際は、根本のハカマを切り落とさず生けましょう。写真は10本を束ねてガラスの器に入れてます。とっても良い香りです。

あなたも慌ただしい1月だからこそ、水仙の静かな美しさと香りをお部屋にどうぞ。

