



東村交流館

福山市東村町2536-1

☎084-936-0600

✉; higashimura-krk

@city.fukuyama.hiroshima.jp

東村交流館
ホームページ

交流館利用団体登録 更新手続きのお願い

ー昨年12月、交流館のオンライン申請やスマートロック利用が可能となったことに伴い、交流館を利用されるすべてのサークル・団体の皆さんに団体登録をお願いしました。

この登録の更新時期になりましたので、まだ更新されていないサークル・団体は、3月末までに交流館窓口にて手続きをしてください。よろしくお願い致します。

休日にできます！

住民異動届・証明書発行など

異動シーズンとなる年度末・年度初めの土日には、松永市民サービス課などの窓口で手続きができます。

日時 2026年（令和8年）3月28日（土）・29日（日）

4月 4日（土）・5日（日）

いずれも 8:30~17:15

内容	場所・問合せ
<ul style="list-style-type: none"> ● 住民異動届（転入・転居・転出届） ● 戸籍届 ● 印鑑登録 ● 住民票※・戸籍※・印鑑登録証明書の発行 など （※=広域交付を除く） ★マイナンバーカードの申請・交付、電子証明書の更新、旅券業務、税証明は除く 	松永市民サービス課 ☎930-0401 本庁市民課 ☎928-1057 ほか各市民サービス課
<ul style="list-style-type: none"> ● 上下水道の使用開始および中止の届け出 	ふくやま上下水道料金センター ☎928-1514

※ 詳しくは、福山市ホームページをご覧ください。

報告

～社会教育活動事業～

①やさしいピラティスで 元気習慣！

自分の体の使い方のくせを感じ、改善するために「伸び」ながら動いてみました。



②ボイスレッスンで人生幸転！

しっかりと声を出すことは、口の周りや舌の筋肉を使い、周りの人とのコミュニケーションを図ることに繋がります。

③そろばん式脳トレで認知症予防！

頭で考えて指を使うことが、脳にはとても良い刺激になります。また、一人よりも複数人で行えば、より効果的です。



④姿勢チェックでフレイル予防！

日頃から良い姿勢を保つことは、呼吸の深さや歩行速度の維持などフレイルの進行抑制、また寿命にも影響します。

＊＊お知らせとおわび＊＊

照明設備取替工事により、次の期間は、部屋によってはご利用いただけません（夜間は除く）。

ご理解ご協力をお願いします。

4/27(月)・28(火)＝会議室・図書室

4/30(木)・5/1(金)＝和室・実習室

※日程は、変更になる場合があります。

今後の行事予定

3/19(木) 遺芳丘小学校卒業証書授与式

4/5(日) 町内発見ウォーキング

4/9(木) 遺芳丘小学校入学式

4/18(土) タケノコ祭り

認め合おうみんな違ってあたりまえ