

# 光交流館だより



発行  
福山市光交流館  
草戸町4-1-29  
Tel 925-4258

hikari-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

カラー版  
「交流館だより」



## 4月の行事予定

2ページ、3ページもめくって見てね!



| 日  | 月                     | 火                   | 水  | 木                               | 金                       | 土                                   |
|----|-----------------------|---------------------|--|---------------------------------|-------------------------|-------------------------------------|
|    |                       |                     | 1<br>・光ふれあい<br>カフェ   | 2<br>・光サロン                      | 3                       | 4                                   |
| 5  | 6<br>・町内会連合会<br>会長定例会 | 7                   | 8<br>・光ふれあい<br>カフェ   | 9<br>・光小学校 &<br>鷹取中学校<br>入学式    | 10                      | 11                                  |
| 12 | 13                    | 14                  | 15<br>・光ふれあいカフェ<br>・光学区まちづくり推進委員会<br>総会<br>・廃食油回収日(～10時まで) | 16<br>・とろ～り<br>チーズの<br>ナンドック    | 17<br>・町内会<br>連合会<br>総会 | 18                                  |
| 19 | 20                    | 21                  | 22<br>・光ふれあい<br>カフェ  | 23<br>・生涯学習講座<br>「ホウ酸団子<br>づくり」 | 24                      | 25<br>・光おはなし文庫<br>・これってどうなん?<br>相談室 |
| 26 | 27                    | 28<br>・いきいき<br>運動教室 | 29   | 30                              |                         |                                     |

お申込みは  
まだ間に合いますよ!

### 【2026年5月の行事予定】

- ・10日（日）環境出前講座  
「ごみの捨て方／グリーンカーテン」
- ・14日（木）光サロン
- ・16日（土）体育会 総会
- ・17日（日）老人クラブ連合会 総会  
福祉を高める会 総会
- ・20日（水）交流館運営委員会

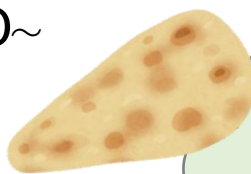
\*\*光ふれあいカフェは毎週水曜日に開店します。\*\*

- ・22日（金）子育て応援講座  
「親子でふれあիրトミック」
- ・23日（土）光おはなし文庫  
これってどうなん？相談室
- ・25日（月）いきいき運動教室



## とろ～りチーズのナンドック

とき：4月16日（木）10:00～  
ところ：光交流館 実習室  
講師：ABCクッキング講師  
参加費：300円～500円  
定員：12人（定員になり次第、締切ります）  
持参物：エプロン・三角巾・マスク・筆記用具  
申込み：光交流館 ☎925-4258  
締切り：4月13日（月）



初めての方でも簡単にできる  
ナンドック♪  
オープンでもフライパンでも  
焼成できるので、おうちでも  
作りやすいメニューです!



主催：光学区食生活改善推進員

地域まちづくり推進事業  
地域福祉活動事業

# いきいき運動教室

～転ばない体力づくりと  
毎日いきいき楽しく  
生活してために!!～



- 開催日 原則毎月第4火曜日  
(都合により変更あり)
- ところ 光交流館 会議室
- 持ち物 室内用運動靴・タオル・マスク  
飲み物(水分補給用)
- 対象 中高年齢者ならどなたでも
- テーマ レクリエーション体操・タオル体操等
- 指導 福山市運動普及推進員



## 《前期日程》

- \*4月28日(火)
- \*5月25日(月)
- \*6月23日(火)
- \*7月28日(火)
- \*9月29日(火)
- ※8月はお休みです。

問合わせ 光交流館 ☎925-4258  
主催 光学区まちづくり推進委員会/光学区の福祉を高める会

## 2026年度(令和8年度)受講生募集!

### 運動普及推進員・食生活改善推進員 養成講座

～一緒に健康づくりの活動をしませんか～



#### 【運動普及推進員】

(とき) 7月～来年2月(月1回程度)全8回  
(対象者) おおむね20歳～75歳の市民  
(ところ) 福山すこやかセンターなど

#### 【食生活改善推進員】

(とき) 6月～来年3月(月1回程度)全12回  
(対象者) おおむね20歳～75歳の市民  
(ところ) 福山すこやかセンターなど



#### 【問合わせ・申込み先】

福山市健康推進課  
Tel.928-3421

#### 【申込み期間】

2026年4月1日(水)  
～5月8日(金)

※ご本人が  
直接お申込みください。

※ともに、受講後、推進員として、基本はお住いの地域でボランティア活動ができる人

## すばる光サロン

生涯学習を通して「学ぶ!」「楽しむ!」がいっぱいの約1時間♪

- 会場: 光交流館
- 開催日: 毎月第1木曜日  
(年間予定表があります)
- 時間: 10:00～11:30
- 参加費: 100円
- 対象: 光学区在住の方(どなたでも)



## 光ふれあいカフェ

週に1度のまったりできる“憩いの場”☆

- 会場: 光交流館
- 開催日: 毎週水曜日  
(年末・年始、お盆、祝日はのぞく)
- 時間: 9:30～11:30
- 参加費: 100円
- 対象: 主に光学区の高齢者(65歳以上)



# 親子でふれあいリトミック♪

～リズムであ・そ・ぼ～



5月22日(金)

10:00～

泣いても、騒いでも大丈夫♪  
お気軽にご参加ください!

ところ：光交流館 会議室

講師：渡辺 留美子 さん

(ベビー&キッズ教室「Cotton」主宰)

対象：親子

(子どもの対象年齢：生後3か月～2歳程度)

定員：10組程度

持参物：音の鳴るおもちゃ

参加費：無料

\*お子さまの外出に必要なおむつ、  
水分補給の飲み物等をご持参ください。



申込み・問い合わせ：光交流館  
☎925-4258

社会教育活動事業(子育て応援講座)

## 環境出前講座

○知っていますか？

ごみの捨て方!

○環境にやさしく!

グリーンカーテンを育てよう!



とき：5月10日(日) 10:00～

ところ：光交流館 会議室

内容：●私たちの暮らしに関わるごみの  
減量や分別方法などの話

(福山市環境総務課)

質問にもお答えいただけます。

●グリーンカーテンについて  
(公衆衛生推進委員)

参加費：無料

定員：20人



<申込み先>

光交流館

☎925-4258

<締切り>

5月1日(金)

\*参加された皆さんに  
「ゴーヤ」の苗を  
差しあげます...  
グリーンカーテンに  
育ててくださいね...



主催：光学区まちづくり推進委員会  
光学区公衆衛生推進委員会

## ホウ酸団子づくり



ゴキブリ退治に効果抜群!



とき：2026年4月23日(木)

10:00～

ところ：光交流館 実習室

参加費：300円

定員：15人程度

申込み：4月20日(月) 締切り

問い合わせ・申込み：光交流館

☎925-4258

地域まちづくり推進事業 生涯学習講座



地域まちづくり推進事業

## 老連一斉清掃



3/22(日)



老人会の皆さんが、早朝より光学区の  
公共施設等の草取りなどをしてくださいました...

交流館もたいへんきれいに清掃していただき、皆  
さんに気持ちよくご利用いただけるようになりま  
した...

ありがとうございました...

# 2026年度（令和8年度）市税 納期限一覧表

まちづくり みんなの税で ささえあい

| 納期限                    | 税目 | 市・県民税<br>(普通徴収) | 固定資産税<br>都市計画税 | 軽自動車税 | 国民健康<br>保険税 |
|------------------------|----|-----------------|----------------|-------|-------------|
| 4月30日(木)               |    |                 | 1期             |       |             |
| 6月1日(月)                |    |                 |                | 全期    |             |
| 6月30日(火)               | 1期 |                 |                |       |             |
| 7月31日(金)               |    |                 | 2期             |       | 1期          |
| 8月31日(月)               | 2期 |                 |                |       | 2期          |
| 9月30日(水)               |    |                 | 3期             |       | 3期          |
| 11月2日(月)               | 3期 |                 |                |       | 4期          |
| 11月30日(月)              |    |                 |                |       | 5期          |
| 12月25日(金)              |    |                 | 4期             |       | 6期          |
| 2027年(令和9年)<br>2月1日(月) | 4期 |                 |                |       | 7期          |
| 3月1日(月)                |    |                 |                |       | 8期          |

福山市 納税課  
保険年金課



広島県地方税納税推進  
キャラクター「ささえくん」

市税の納付は、便利で確実な口座振替で！

\*口座振替は、取扱金融機関や市役所の窓口  
などで申し込むことができます。

\*バーコード付きの納付書はコンビニエンス  
ストア・スマホ決済アプリ(PayPay・PayB・  
auPAY・FamiPay)でも使用できます。

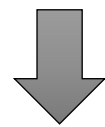
\*市・県民税、固定資産税・都市計画税、軽自  
動車税、国民健康保険税はキャッシュレス納  
付(クレジットカード納付等)ができます。

詳しくは福山市ホームページへ

<http://www.city.fukuyama.hiroshima.jp>

## ゴミの出し方変わっています！

|   |   |
|---|---|
| <p>じゅうでんしきでんち とはず 取り外せる<br/>充電式電池</p> <p>例：コードレス掃除機・デジタルカメラ<br/>・ビデオカメラ・電動アシスト自転車<br/>・電動工具など</p> <p>電池を外した製品本体のみ</p> <p>取り外した充電式電池</p> | <p>じゅうでんしきでんち とはず 取り外せない<br/>充電式電池</p> <p>例：ワイヤレスイヤホン・加熱式たばこ・掃除機ロボット<br/>充電式おもちゃ・ハンディファン・ゲーム機など</p> <p>モバイルバッテリー</p> <p>※別袋に入れて出してください。</p> |
| <p>「不燃(破碎)ごみ」の日</p>   | <p>年4回の「燃やせる粗大ごみ」の日</p>   |



『正しいゴミの出し方』をして  
いただくことで、光学区が  
キレイに保たれます。

ひとりひとりが  
ルールを守りましょう！



各町内会から  
『2026年度ゴミの収集日程表』を  
配布しています。  
紛失等でお困りの方は、光交流館まで  
お問い合わせください。



絶対に間違った  
ゴミの収集日に  
出さないで！



《光学区まちづくりラボ》

URL: <http://www.hikari-machidokuri.com>

