

# 水呑交流館だより

カラー版  
はこちら  
から



〒720-0830福山市水呑町三新田一丁目557番地 ☎ 084-956-3943  
E-mail: minomi-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



## 2025年度 こんな一年でした!

まちづくり事業



6/5・11/16 グラウンドゴルフ大会



8/3 夏祭り・盆踊り大会 ふうせんつり楽しかった



9/14 ボート漕ぎ体験会



10/18 福祉おたのしみ会 ゲームをいっぱいしたよ



7/29 子ども料理教室



8/9 「おはなし会&工作会」野菜スタンプのハンカチを作ったよ



11/12 押絵“午”



12/6 人形劇上演



12/14 映画会「長いお別れ」上映



12/27 アレンジ花



12/20 クリスマス飾りができました!





文化祭

11月 文化祭作品展



プラ板作りをしたよ



「史跡めぐり」に行ってきました！



タクローズ夢広場



水呑っ子ゆうみん



おはなし会の様子  
「虹のかけはし」の読みこみ



タクローズ夢ハーモニー



ベビーサロン

## 2月

## \* 講座・行事の報告



### 10日(火) 『発酵食品パワーで免疫力アップ！パートIIみそ作り』 社会教育活動事業



発酵食品が体に良いことは知られていますが、今回は「みそ作り」についてお話を聞きました。袋の中に食塩と米麴を入れまんべんなく混ぜる。つぎに煮大豆を入れて食塩と米麴になじませる。なじんできたら潰してしっかり混ぜることで発酵がより促進されることを学びました。あとは、空気を抜いて暗い場所に保管。出来上がるまでを楽しみにされていました。

### 16日(月) 押絵「おひなさま」を作ろう！(体験講座)



ちりめん布などを使って、おだいり様とおひな様を仕上げました。

### 27日(金) 「そろばん式脳トレーニング」(体験講座)



指を使って声を出しながら、しっかり脳トレができました。笑いが絶えず楽しい時間でした。



## 1日(日) 交流館清掃



交流館で活動しているサークルの皆さんと交流館運営委員の皆さん63名の参加がありました。エアコンフィルターや網戸の掃除、外回りの草取りなど綺麗になりました。ありがとうございました。



献立：黒米入りご飯、豆腐ハンバーグ、切り干し大根の酢の物、煮卵  
白ネギとチャーシューの和え物、かぼちゃとりんご甘煮

## 3日(火) ふれあい寿弁当

食生活改善推進員協議会、福祉を高める会、民生委員の皆さんで「ふれあい寿弁当」220食を作り、80歳以上の一人暮らしの方に配られました。



## 13日(金) 『高齢者の人権 ～音楽の力で笑顔の輪を広げよう～』 団体別等学習事業



タクローズ夢広場に音楽療法士の木村美津子先生をお招きしました。元気に笑顔で過ごすために「食べて脳をいきいきと、動いて脳を鍛え、音楽で脳を活性化しよう」と話され、参加者は打楽器を持って演奏し、みんなで一体感を味わいながら笑顔が広がった時間になりました。

## 《3/5(木) 安全パトロール会議》

安全パトロール会議に自治連、防犯組合、小学校PTA、子ども会、安全パトロールボランティアさんなど46人の参加がありました。最初に、水呑交番長から見守り時の注意点や特殊詐欺について、また4月から自転車の交通ルールが変わるお話がありました。つぎに安全パトロールボランティアさんの活動発表、小学校の先生と保護者の方から、日頃の児童の様子やボランティア活動へのお礼を述べられるなど貴重な意見交流の時間になりました。



### 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)  
(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



※ともに、受講後、推進員として、基本はお住いの小学校区でボランティア活動ができる人

(問合せ・申込み先) **福山市健康推進課：TEL 084-928-3421**

ご本人が直接お申し込みください。

(申込み期間) **2026年(令和8年)4月1日(水)～5月8日(金)**



# 《フレイルチェック会》

～あなたはフレイル状態になっていませんか～

他の日程や会場は  
こちらから↓



●と き 4月24日（金）10:00～12:00 13:30～15:30  
（※いずれの時間帯も内容は同じ）

- ところ 水呑交流館
- 対象 おおむね65歳以上の市民
- 定員 先着各15人（予約が必要）
- 持参物 飲み物、動きやすい服装（裸足で測定する項目があるため、裾を膝まであげられるズボン・くつ下などでご参加ください。）

＜申込先＞健康推進課  
電話：084-928-3421



「フレイル予防ローラ」

回数制限をなくし、**5回目以降の方も**参加していただけるようになりました。



## 2026年度 水呑学区の主な行事予定



| 月 日     | 曜 | 行 事 名               | 場 所        | 備 考                       |
|---------|---|---------------------|------------|---------------------------|
| 4/23    | 木 | 四者合同会議              | 水呑交流館      | まちづくり推進委員会<br>人推協・自主防・自治連 |
| 5/9     | 土 | 中学校運動会              | 向丘中学校      | *雨天の場合5/14（木）             |
| 5/23    | 土 | 小学校運動会              | 水呑小学校      | *雨天の場合5/24（日）             |
| 6/4     | 木 | 自治会対抗グラウンドゴルフ大会     | 竹ヶ端多目的広場   | まちづくり推進事業                 |
| 6/7     | 日 | 芦田川一斉清掃             | 芦田川堤防・河川敷  | 市明るいまちづくり協議会              |
| 8/9     | 日 | 夏祭り盆踊り大会            | 水呑小学校      | まちづくり推進事業                 |
| 8/16    | 日 | 芦田川清掃（花火大会翌日）       | 芦田川河川敷     | 自治会連合会                    |
| 9/6     | 日 | 交流館清掃               | 水呑交流館      | 各種団体                      |
| 9/13    | 日 | まちづくりボート漕ぎ大会        | 水上スポーツセンター | まちづくり推進事業                 |
| 9/19～21 |   | 敬老行事                | 水呑交流館      | 自治会連合会                    |
| 10/4    | 日 | 八幡神社例祭              | 八幡神社他町内    |                           |
| 10/8    | 木 | 四者合同会議              | 水呑交流館      | まちづくり推進委員会<br>人推協・自主防・自治連 |
| 10/18   | 日 | 学区民運動会              | 向丘中学校      | 体育会・自治会                   |
| 11/7    | 土 | ふれあい文化祭（1日目）        | 水呑交流館      | まちづくり推進事業                 |
| 11/8    | 日 | ふれあい文化祭（2日目）        | 水呑交流館      | まちづくり推進事業                 |
| 11/15   | 日 | 団体別グラウンドゴルフ大会       | 一本松グラウンド   | まちづくり推進事業                 |
| 11/22   | 日 | 福山市総合防災訓練<br>学区防災訓練 |            | 自主防災協議会                   |
| 12/6    | 日 | グリーンライン一斉清掃         | グリーンライン    | 各種団体                      |
| 12/12   | 土 | 福山明るいまちづくり推進大会      | リーデンローズ    | 善行市民賞表彰                   |
| 1/1     | 金 | 初日の出遙拝              | 一本松グラウンド   | 体育会・子ども会                  |
| 1/3     | 日 | 新年互礼会               | 水呑交流館      | まちづくり推進事業<br>（各種団体長）      |
| 3/4     | 木 | 安全パトロール会議           | 水呑交流館      | 自治連・防犯組合・小学校<br>小PTA・子ども会 |
| 3/7     | 日 | 交流館清掃               | 水呑交流館      | 交流館利用サークル                 |

※行事日程及び内容については変更となる場合があります。