

第38号

たけひろ

2026 交流館だより



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

2026年(令和8年)5月1日
発行
竹尋交流館
福山市神辺町下竹田8-1
電話(084)965-0131



眠りの質を変える！ 快適な睡眠習慣の作り方

学びの
カフェ

社会教育
活動事業

- ✿ とき **5月26日(火)**
13:30~15:00
- ✿ ところ 竹尋交流館 集会室
- ✿ 講師 (株) プレひまわり
管理栄養士・薬剤師
- ✿ 対象者 どなたでも
(申込が必要です)
- ✿ 定員 先着20人程度
【申込締切 5/21(木)】

参加
無料

申込・問合せ/竹尋交流館 ☎965-0131

- 「寝ているのに疲れが取れない」「夜中に目が覚める」などの悩みを改善。睡眠のメカニズムや、今日からできる睡眠改善のコツを学び、良質な眠りへ導きます。
- 参加者全員に血流測定を行いますので、厚手の服は脱げるものにしてご参加ください。
- 薬に関する質問もお受けします。



認知症カフェ みかん カフェ

予約
不要



- 【とき】**5月13日(水)**
13:30~15:30
- 【ところ】竹尋交流館 和室
- 【参加費】100円

【認知症カフェとは】
認知症の方、認知症の方のご家族、地域の方、だれでも参加できるカフェです。専門職の参加もあり、相談もできます。

【福山市包括支援センターかんなべ】
☎960-3890

交流館の利用について

- 開館時間 8時30分~22時
- 窓口受付時間(休日は除く)
月~金曜日 8時30分~17時まで
(12時15分~13時は除く)
土曜日 8時30分~12時15分

●利用申込受付期間

窓口で申込

利用日の3か月前に当たる日から利用日の前日まで受け付けています。(3か月前に当たる日が休日の場合は翌開館日)

オンライン申請

利用日の3か月前に当たる日から利用日の3日前まで(土日祝を除く)受け付けています。(24時間受付)

交流館の事業や地域行事のため、使用できない場合があります。
※電話での受付は行っておりません。

●ご利用にあたって

- ・使用後は「使用報告書」に記入してお帰りください。
- ・きれいに清掃をし、ゴミは持ち帰ってください。
- ・夜間・休日に利用される方で、鍵が必要な方は、事前に借りておいてください。

大切に使って
ください、
ありがとう
ございます。



☆☆☆ 現在利用登録をされているみなさんへ ☆☆☆

利用団体の更新申請を受け付けています。今年度も引き続きご利用される団体は、6月30日までに交流館窓口にて手続きをお願いいたします。

「竹尋さわやか 運動教室」 6月の

- 【とき】**6月4日(木)**
10:00~11:30
- 【ところ】竹尋交流館
- 【内容】玄米にぎにぎ体操
リズム体操
- 【持参物】タオル・飲み物

無料



竹尋出張いきいき学習・相談

- 【とき】**5月20日(水)**
13:30~15:30
- 【ところ】竹尋交流館 和室
- 【内容】集まり・つながり・始めよう
~地域生活で私にできる事は?~

無料



福山市地域包括支援センターかんなべ
☎960-3890

『助け合い 人と人を つなぐ糸』

移動図書館が来ます！

- 【とき】**5月21日(木)**
6月18日(木)
10:05~10:35
- 【ところ】竹尋交流館 駐車場
- ✿本の予約・リクエストもできます。
☎932-7222まで



サークル紹介 (竹尋交流館)

交流館で活動されているサークルをご紹介します。

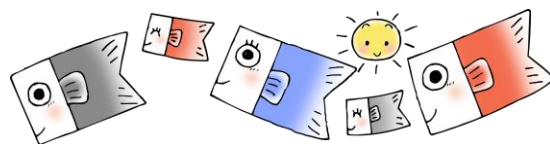
何か新しいことを始めたい方♡
活動されている皆さんと一緒に集い・学んで、楽しい
時間を持ちませんか♪

気軽に
見学に来てね♪



	サークル名	種別		サークル名	種別		サークル名	種別
月	健康体操	健康体操	水	生きがいカラオケ教室	カラオケ	土	太極拳同好会	太極拳
	宮坂流銭太鼓保存会	銭太鼓		詩吟教室	詩吟		囲碁同好会	囲碁
	竹尋書道クラブ	書道		空手技術向上愛好会	空手		竹尋盆踊り保存会	盆踊り
	誠志会	空手		さわやか運動教室	体操		Breadサロン	パンづくり
火	絵手紙すみれ会	絵手紙	木	パソコン同好会	パソコン	日	カラオケ愛好会	カラオケ
	竹尋俳句会	俳句		御詠歌グループ	御詠歌			
	大正琴春うらら	大正琴		デジカメ教室	写真			
	エコなかご作り	手芸		金	竹田ホテルの会		大正琴	

お仲間募集中♪



民生・児童委員さん をご紹介します

民生委員・児童委員は地域の身近な相談・支援者です。
気軽に声をかけてください。(秘密は必ず守られます。)

お名前	担当地区
矢田 昭子	八尋上・八尋中
石田 恵美子	八尋下
木坂 順子	川西・トーヨド正町
橋本 康利	内砂子・トーヨド
今岡 公則	川東・上竹田下組・川谷
北川 俊之	江草・辺木・小角・狭間
北川 誠治	梅谷・轟・永谷
小林 義和	中央・小川・家元
平見 泰道	長迫・張木・市倉・大内・田村
長谷川 恵利子	誠和第1・誠和第2(1~4)
浅沼 信子	誠和第2(5~7)・誠和第3
延時 るみ	竹尋学区主任児童委員

土木常設員さん をご紹介します

福山市には、道路や橋などの維持管理のため、市内全域
に土木常設員がいます。道路・水路などに異常があれば、
担当区域の土木常設員に連絡してください。

担当区域	土木常設員名
江草・辺木 小角・狭間	三吉 章仁
小川家元・張木 長迫・大内田村	佐藤 亮三
梅谷・轟・中央	渡邊 清文
誠和	定藤 憲造
内砂子・川西・ トーヨド・正町	増成 浩之
川東・川谷・下組	坂本 和隆
八尋	佐藤 俊治

♡ よろしくお願ひいたします ♡



学びの
カフェ

事業報告 『ボイスレススツで人生幸転♡』



3月13日(金)、講師に向原直美さん
をお迎えし開催しました。

腹式呼吸や通る声の出し方、胸を開いて体の力を抜く動きなどを体験。早口言葉やペットボトルをくわえての音読、体の模型を使った説明もあり、楽しく声の出し方を学びました。「声が出しやすくなった」「楽しかった」といった声が聞かれ、会場は笑顔に包まれました。

「認め合おう みんな違って あたりまえ」

雨天
中止

学区民体育大会

5月10日(日)
9:00~12:20
竹尋小学校グラウンド

