

のとはらだより

発行 第255号 (5月号)

* 交流館をご利用の皆さまへ *

- 受付時間 月曜日～金曜日 8時30分から17時
土曜日 8時30分から12時15分
- 貸室利用時間 8時30分 から 22時
- 休館日 12月29日から翌年1月3日
- 申請受付期間 使用予定日の3か月前に当たる日から使用予定日の前日まで
(3か月前に当たる日が休日の場合は翌日)

※交流館の主催事業や地域の会議等の使用により、期間前に使用を許可している場合があります。

初めて申請される方は、窓口にお越しください。
使用にあたっての注意事項等があります。

* 福山市土木常設員 *

福山市では、道路、橋りょうなどの適正な維持管理のため、各学区（地区）自治会（町内会）連合会長の推薦に基づいて、各学区（地区）自治会（町内会）連合会等（80区域）を設置区域として、全域に280名の土木常設員を配置しています。

- 能登原の土木常設員
- 問合せ先 沼隈建設産業課 ☎980-7710

担当区域	土木常設員名
桜・白浜	村上 正志
立河内・下組	遠部 正明
本谷・鞆路	曾我 始

ふれあい

能登原の福祉を高める会

* いきいきサロン *

今年度も、毎月一回、火曜日に行います。
詳しくは年間計画表をご覧ください。
(※年間計画表の予備が交流館にあります。)

みなさん
ご参加お待ち
しています！

(*^-~*)

2026年度(令和8年度) * 『健診のご案内』 について *

今年度の「健診のご案内」が、
交流館に届いています。
必要な方はお寄りください。

特定健診 の 3つのイイこと!

- ① 無料で短時間(約1時間)で受けられる
- ② 体の状態を知ることができる
- ③ 自覚症状のない病気を早期に発見できる

～みなさん
受診しましょう～



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～

- とき 6月2日(火) 10:00～12:00 13:30～15:30
(※いずれの時間も内容は同じ)

- ところ 沼隈支所
- 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 (5/15から受付)
電話: 084-928-3421

他の日程や会場は
こちらから↓



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。



「フレイル予防ローラ」

場所 沼隈支所 (4階会議室)

2026年 4月17日(金)	10月16日(金)
5月15日(金)	11月20日(金)
6月19日(金)	12月18日(金)
7月17日(金)	2027年 1月15日(金)
8月21日(金)	2月19日(金)
9月18日(金)	3月19日(金)
時間 13:00～16:00 (受付 15:30まで)	

行政相談

内容 行政全般に対する苦情や意見、要望など

※ 相続・成年後見など老後の心配ごとにも相談できます
担当 総務大臣(中国四国管区行政評価局)から委嘱された
行政相談委員

困ったら、ひとりで悩まず、まずご相談を!!
相談は無料・秘密は厳守されます

問合せ先 福山市市民生活課
☎ (084) 928-1050



能登原交流館

TEL: 084-987-4460

住所: 福山市沼隈町能登原1589番地7

E-Mail: notohara-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



↑こちら



福山市のホームページでも最新号と前月分の交流館
だよりをご覧になれます!
スマートフォンやパソコンで見てください。
←こちら

能登原の地域紹介動画が、ご覧になれます。
ぜひ見てみてくださいね!



YouTube

能登原 ひとまちふくし

検索

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9
				そば道場～大学～	パン作り～大学～	健康体操～大学～
10	11	12	13	14	15	16
			ヘルシー料理～大学～ 編み物～大学～	移動図書館のぞみ号 11:10～ さわやか体操教室 13:30～		
17	18	19	20	21	22	23
	館内清掃のため 貸館不可	いきいきサロン 10:00～ 健康体操～大学～				能登原自治会連合会 能登原とんど保存会 ～総会～ 19:00～
24	25	26	27	28	29	30
	多肉&器作り ～大学～	まちづくり定例会 19:30～		さわやか体操教室 13:30～		
31	<p>今月は全地区対象です！ 内容は、『はまちゃん・そのちゃん』による歌声サロンです！参加お待ちしております！</p>					

※点線で折ると1か月分を冷蔵庫などに貼りやすいですよ

6月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
			ヘルシー料理～大学～	そば道場～大学～		健康体操～大学～
7	8	9	10	11	12	13
			第1回 リンパを知って 免疫力アップ♪ 10:00～ 移動図書館のぞみ号 11:10～ 編み物～大学～	さわやか体操教室 13:30～	パン作り～大学～	
14	15	16	17	18	19	20
	第2回 リンパを知って 免疫力アップ♪ 10:00～	いきいきサロン 10:00～ 健康体操～大学～				
21	22	23	24	25	26	27
	多肉&器作り ～大学～	まちづくり定例会 19:30～	調理室清掃 9:00～	さわやか体操教室 13:30～		
28	29	30				