

5月



2026年(令和8年)5月1日 第38号

# うつみ交流館だより

utsumi-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

発行 内海交流館(電話 084-986-3722)

ホームページの  
二次元コードです!



## グラウンドゴルフ教室

グラウンドゴルフを練習して趣味を増やしませんか?  
運動不足解消にピッタリ!初めての方も大歓迎です。

日時 ◇5月19日(火) ◇6月16日(火)  
10:00~11:30

ルールの説明を聞き、コースをまわりながら練習を行います。

11月8日(日)にグラウンドゴルフ大会を予定していますのでご参加お待ちしております!

場所 旧内海中学校グラウンド

講師 村上 太郎さん

持参物 飲み物(水分補給)・タオル

定員 30人

締切り 5月11日(月)

申込み・問合せ 内海交流館 ☎986-3722

一内海まちづくり推進委員会



生涯学習講座

## ホウ酸団子づくり

今年も手作りしてゴキブリ対策に備えましょう。

★日時 5月27日(水) 10:00~

★場所 内海交流館

★定員 20人 ※定員になり次第締め切ります。

★材料費 400円

★締切り 5月19日(火)

★申込み・問合せ 内海交流館 ☎986-3722

一内海まちづくり推進委員会



## 困ったらひとりで悩まず行政相談

☆日時 5月15日(金) 13:00~16:00

毎月第3金曜日に行います。

今回は6月の予定です。

☆場所 内海交流館

あなたの地域の行政相談員が、無料・秘密厳守で相談に応じます。相談のある方は内海交流館(☎986-3722)で申込みをしてください。

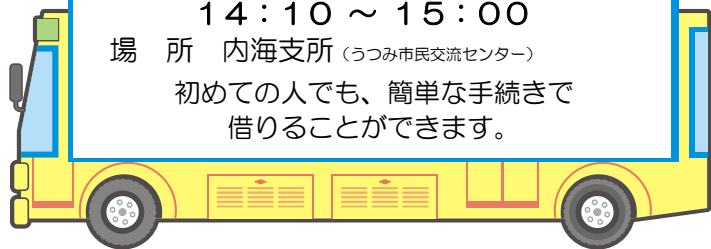
## 移動図書館「のぞみ号」のお知らせ

今月の移動図書館

日時 5月14日(木)  
14:10~15:00

場所 内海支所(うつみ市民交流センター)

初めての人でも、簡単な手続きで  
借りることができます。



## ありがとう... 内海保育所



横島地区にある内海保育所は、3月31日をもって休所となりました。

3月19日、内海保育所の先生と園児のみなさんが「お世話になりました。」と内海交流館に来てくださいました。

こども達から、手作りの鉛筆立てもいただきました。

何十年もの年月、たくさんのこども達を通い、卒園してきた内海保育所が閉まり大変さみしいですが、園児のみなさんにはこれからも元気に育てたいです。



いただいた鉛筆立ては、内海交流館の窓口で使わせてもらっています!



## ふれあいいきいきサロン

サロン名	日時	主な内容
楽々会(1・2区) 楽友会(3・4区)	5月11日(月) 10:00~12:00	「お口の健康について」福山市保健師・歯科衛生士
イロハ会(5~7区) 二葉会(8・9区)	5月6日(水) 10:00~13:00	田島駐在所による特殊詐欺対策
あんずの会(南)	5月13日(水) 10:30~12:30	春山会との交流会 「尺八演奏で歌う」
さくらんぼの会(町・平)	5月12日(火) 10:30~12:30	うつみ音頭保存会との交流会「踊り観賞」
大浦福祉会	5月11日(月) 11:00~14:00	むつみ苑による出前講座・健康体操

状況により、中止となる場合もあります。

## 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～

フレイルに早めに気づいて  
予防しましょう!

●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。)



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。

他の日程や会場は  
こちらから↓



「フレイル予防コース」

<申込先> 健康推進課(5/15から受付)  
電話: 084-928-3421



# 高めよう 人権感覚 確かな未来

内海さわやかラジオ体操会

### みんなラジオ体操頑張ってます!

田島西部地区「町西おもいで公園」の広場では、月曜日から金曜日まで、午前7時30分からラジオ体操を行っています。

町地区在住の中村和江さんは、2011年4月から99歳の誕生日まで3421回出席されました。

おめでとうございます!



日	月	火	水	木	金	土
	<b>5月</b>				1	2
3	4	5	6	7 うつみ俳句会 13:30	8	9 気功ふくろう 9:30 気功すいせん 11:00
10	11 元気体操 13:30	12 内海ピンポンクラブ 10:00	13	14	15 行政相談 13:00	16 気功ふくろう 9:30 気功すいせん 11:00
17	18 元気体操 13:30	19 内海ピンポンクラブ 10:00	20 笑唱会 13:30	21 そば打ち会 9:30	22	23 気功ふくろう 9:30 気功すいせん 11:00
24	25 元気体操 13:30	26 内海ピンポンクラブ 10:00	27	28	29 民泊体験学習 8:30	30
31						

※中止・延期の場合がありますので、ご了承ください。

### 2025年度 まちづくり推進委員会事業報告

☆健康福祉事業

- ①横島山登り教室 5月28日(中止)
- ②グラウンドゴルフ教室 5月23日(参加者20人)
- ③グラウンドゴルフ大会 10月25日(参加者38人)

☆ふれあい事業

- ①内海っ子チャレンジ広場体験教室(参加者12人)
  - 7月: 開講式&ポーセラーツを体験! 自分だけのカップを作ろう
  - 8月: 走るタワシ
  - 9月: パン教室
  - 10月: グラウンドゴルフ
  - 11月: 大浜ウォーキング
  - 12月: 消防体験
    - 1月: 時計を作ろう
    - 2月: おかいものヒーローゲームすごろく

②シニア料理教室

7月~12月 内海交流館(参加者48人)

③生涯学習講座(参加者98人)

- 5月: ホウ酸団子作り
- 6月: EM石鹸作り
- 7月: ひねろー陶芸
- 8月: ポタニカルキャンドル
- 8月: 防災講座持ち出し袋
- 8月: ふたつの相続
- 9月: 押絵
- 12月: グラスアート
- 1月: ハンドクリーム作り
- 2月: ぬり絵でアートセラピー

☆生涯学習まつり 11月2日(来場者約500人)

☆環境美化事業

6月1日(横島地区一斉清掃350人)  
6月1日・6月15日・8月3日・1月25日  
(田島西部地区一斉清掃 約130人)



☆安全防災事業

炊き出し訓練 6月15日(参加者19人)  
水路整備11月21日(参加者8人) 防災訓練11月23日(参加者56人)  
ゴミステーション塗装補修11月30日(参加者6人)

☆地域コミュニティ育成

☆内海まちづくり推進委員会運営事業

卒業しマリンライナー一人旅

渡壁 良陽

犬逝きしのちの桜をまた迎ふ

渡壁 悠荷

薄紅の徐々に野山へ花の雲

渡辺 貞子

廃校の移設記念碑花の雨

渡辺 歌栄

春霖や一羽佇む磯鴨

中尾 文江

葉桜や人の名前も忘れゆく

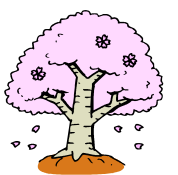
村上 天女

母の手のぬくもり残る蓬餅

神原南無恵

【四月作品】

うつみ俳句会(はまゆう)



認め合おう みんな違って あたりまえ