

# おおたにだい 交流館ニュース No.310号

5月

2026年5月15日発行  
大谷台交流館

TEL: 948-0136

[ootanidai-krk@city.fukuya](mailto:ootanidai-krk@city.fukuya)

[ma.hiroshima.jp](http://ma.hiroshima.jp)



## 健康体操講座

### 「ハツラツ生活・筋力アップ講座」

5年後・10年後も元気に動ける体を作って  
いきましょう。  
無理をせず、心地よい範囲で動かしていきます。

日時：6月24日（水）  
10時～11時30分  
場所：大谷台交流館 会議室  
講師：東部保健福祉課  
大谷台学区担当保健師  
運動指導士



〈社会教育活動事業〉

## シニア食生活改善教室

### 「知りたい！シニアの世代の食育」 健康づくりは日々の食事から

食生活改善推進員による講義と、調理デモンストラ  
ーションの見学があります。

日時：6月24日（水）10時～11時30分  
【対象者】おおむね65歳以上の方及びその家族  
（ご家族の年齢は問いません）

【定員】12人  
【場所】大谷台交流館 実習室  
【参加費】無料  
【申込先】大谷台交流館（☎948-0136）  
【申し込み締め切り】6月17日（水）



## 介護なんでも相談会

日時：6月16日（火）  
10時～11時  
場所：大谷台交流館 図書室  
申し込み：不要  
※認知症地域支援推進員が個別に対応し  
ます。  
お気軽にお越しください。



〈福山市地域包括支援センター坪生〉

## 健康教室



筋力や体力が落ちてきたかなという人に向  
けて、体を動かすことで元気な体づくりの  
お手伝いをします。ストレッチや体操・脳ト  
シなど誰でもできる内容です。

日時：6月3日（水）10時～12時  
場所：大谷台交流館 会議室  
講師：（株）オフィスプロスタジオ  
持参物：飲み物・タオル・室内履き等

〈高齢者支援課〉

## 資源回収日のお知らせ

### 6月20日（土）

（新聞・雑誌のみ）

午前9時までに各ごみステーションに  
お出してください。（雨天中止）

〈福祉を高める会〉





# 6月のなまかカフェ&食堂



集う仲間の笑顔が一番！！  
皆さまのお越しをお待ちしております。

場所：大谷台集会所

時間：10時～15時

カフェ：学区内の方100円・学区外の方150円

食堂：学区内の方300円・学区外の方400円

\*5月23日（金）の内容は百歳体操に変更となりました。  
〈福祉を高める会〉



## 6月19日 食堂メニュー

### 鶏むね肉のピカタ

6月 5日（金）	Wii・アレンジ花
12日（金）	Wii・DVD鑑賞
19日（金）	食堂
26日（金）	Wii・脳トレ

## ペットを飼っている方へのお願い

- ・思わぬトラブルや事故防止のためにもペットは放し飼いにしないようにしましょう。
- ・散歩はリードを付けてフンは持ち帰りましょう。



## 見守り隊員募集中！！

小学生の登下校の見守り活動をしてくださる方を募集しています。詳細は交流館へお問合せください。

# 大谷台ネコサポマルシェ

～ヤマト運輸(ネコサポ福山)が地域貢献事業として様々な商品を販売します！

日時：5月30日（土）10時～12時

場所：大谷台中央公園 【少雨決行】

大谷台は坂の町、買い物を身近で楽しみながら、みんなで交流ができるように始まったマルシェです。テントの下に座ってコーヒーでも飲みながらゆっくりと会話を楽しむのもいいですね！冷たい飲み物もご用意しています。ぜひお越しください♪

### 【今月のイチオシ商品】

## 殻付きカキ

（一年中食べられる広島県の特産物です）



### 【今月のおすすめ商品】

## 介護用紙パンツなど

（お買い得価格で提供していますよ！！）

### 【定番おすすめ商品】

こども服500円 靴下150円

紳士・婦人服1480円～

美味しいパンも人気ですよ♪



《販売商品一例》 婦人服、こども服、靴下、生花（はな工房キルシェ）、日用品、生活雑貨、小物、紙パンツ、巻きずし、いなり寿司、お弁当、パン、和菓子、焼き菓子、お菓子、珍味、米、コーヒー、ココア、ジュースなど

\*ヤクルトの試飲、大人気！！地域の新鮮野菜の販売もあります。

\*ペット用日用品、介護用日用品などの販売もあります。

\*大きな物などは、当日配達もできます。（配達料100円）

\*6月のマルシェは27日（土）大谷台交流館で開催いたします。

ご来場ポイントカードを始めました。スタンプが3つたまるとプレゼントがもらえます。クロネコブースで押してもらってね♪