

# 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



凌ぎやすい時期  
になりました。  
交流館の講座に  
参加しませんか？

## \* 講座のお知らせ \*

社会教育活動事業 “笑顔で健康ライフ”

\*申込みは、  
水呑交流館  
956-3943へ

### からだスッキリ!『リンパ体操』

「リンパ体操」は、全身のめぐりを改善し、むくみ・冷え・肩こりの解消や疲労回復、老廃物の排出を促してくれます。リンパの流れを良くして、スッキリしましょう。

- と き： **7月 3日(金)** 10:00~11:30
- と ころ：水呑交流館 中会議室
- 講 師：追林けい子さん(NPO法人リンパ健康アカデミーマスター講師)
- 持ってくる物：タオル、水分補給用の飲物
- 定員はありませんが、参加希望の方はお申込みください。



### 『安眠作用のあるハンドクリーム作り』

質の良い眠りについてお話をしていただき、ハンドクリームを作ります。

- と き： **7月 7日(火)** 10:00~11:30
- と ころ：水呑交流館 中会議室
- 講 師：沼本 春美さん(NARD JAPAN 認定アロマ・インストラクター)
- 定 員：10人
- 材料費：800円
- 申込みは、6月23日(火)まで

グッスリ眠  
れるかな…



「芦田川を守る日」一斉清掃 **6月7日(日)午前7時~8時**

# 2026年度(令和8年度)水呑学区地域まちづくり推進事業

4月23日に開催された水呑学区まちづくり推進委員会総会において、今年度の事業が、つぎのとおり決定しました。

地域の皆さま、各種団体・機関の皆さまのご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

(水呑学区まちづくり推進委員会)



- ① 防火設備設置(防火啓発ののぼり購入ほか)
- ② 登下校見守り活動・防犯パトロール
- 【福祉事業】
- ③ 地域福祉活動1(寿弁当ほか)
- ④ 地域福祉活動2(各福祉会支援ほか)
- ⑤ 高齢者の健康推進(グラウンドゴルフほか)
- ⑥ 食育について考える(シニア料理教室ほか)
- 【ふれあい事業】
- ⑦ グラウンドゴルフ大会(6月4日・11月15日)
- ⑧ ふれあい学習タイム(各種講座・映画会の実施)
- ⑨ 夏祭り盆踊り大会(8月9日)
- ⑩ まちづくりポルト漕ぎ体験会(9月13日)
- ⑪ ふれあい文化祭(11月7日・8日)
- ⑫ 水呑交流館図書室運営
- ⑬ 水呑の法界さんマップ・資料作成
- 【環境美化事業】
- ⑭ 桜害虫駆除及び育成1(竹ヶ端桜並木)
- 桜害虫駆除及び育成2(福山六方学園桜並木)
- 【運営事業】
- ⑮ まちづくり推進委員会運営事業



## 2026年度 水呑学区まちづくり推進委員会

各団体・機関長の紹介です。1年間よろしくお願い申し上げます。



(順不同)

団体・機関名	代表者	団体・機関名	代表者	団体・機関名	代表者
自治会連合会	山本 克彦	福祉を高める会	佐藤 秀信	水呑小学校	橋本 秀基
人権学習推進協議会	大村 康己	公衆衛生推進委員会	☆橋本 眞美	向丘中学校	☆高田 佳明
自主防災協議会	塚本 裕三	交通安全自治会	占部 泰三	福山商業高等学校	☆佐藤 潤
文化協会	橋本 哲之	女性会	西尾 文子	水呑立正保育所	高松 綾子
体育会	中元 剛	食生活改善推進員協議会	☆土本 倫子	あゆみ会水呑こども園	岡田 圭子
老人クラブ連合会	田守 豊	子ども会育成協議会	☆桑田絵里奈	福山六方学園	田中 創
防犯組合	占部喜代春	青少年育成員協議会	☆村上真由美	なの花作業所	金田 英幸
防火協会	中島 嵩	小学校PTA		サンスクエア沼南	木古 和明
消防団	小林 信一	中学校PTA	☆瀧川 陽介	エクセル福山	神原 正教
伝統文化継承保存会	熊谷 寿人	第14区民生児童委員協議会	小林 政夫	福山若草園	☆小西 央郎
歴史民俗資料保存会	根師 一郎	在住行政職員の会	☆建内 宏一	水呑交流館	平上 和彦

☆印は、新任の方です。



## \* 水呑交流館サークルの紹介 \*

水呑交流館  
TEL956-3943



交流館では、つぎのようなサークルが活動されています。  
お気軽にお問合せください。

サークル名	内 容	日 時	時 間
アプリコット3B	3B 体操 	毎週月	10:00~11:30
のみみ健康体操	健康体操	//	13:30~15:00
骨・こつクラブ	健康体操	毎週火	10:00~12:00
サンフレ体操	ストレッチ体操	//	20:00~21:00
背骨コンディショニング	背骨コンディショニング	第1・3火	14:30~16:00
コール・ローズのみみ	コーラス 	第2・4・5火	13:00~15:30
囲碁クラブ	囲碁	毎週火・金	13:00~16:00
EEJAN <small>ええじゃん</small> PekaPeka <small>ぺかぺか</small>	演劇の練習	第1・3火 第2・4水	18:30~22:00
と金会	認知症予防の将棋の練習	毎週水・土	13:00~17:00
のみみ健康体操(水)	健康体操	毎週水	9:30~11:00
カラオケ	カラオケ	//	13:00~15:00
ピラティス kei	ピラティス	//	10:00~11:00
楽しむ書	書道 	第2水	10:00~12:00
着付けひまわりグループ	着付け	第2・4水	18:30~20:30
ほおずきの会	木目込み・押絵	第4水	10:00~12:00 13:00~15:00
太極拳	太極拳	毎週木	10:00~12:00
のみみ3B	3B 体操	//	19:00~20:30
森原気功教室	気功 	第1木	20:00~22:00
水呑パソコン教室	パソコン習得 	第2木	13:30~16:00
マーガレットクラブ	お菓子作り	第2・4木	13:00~17:00
骨格体操	骨格ワーク	第2・4金	13:30~15:00
和食の会	和食の実習	第3金	9:00~13:00
保存食の会	調理実習	第4金	13:00~17:00
手ほどき俳句教室	俳句を学ぶ 	第2・4土	10:00~12:00
フラワーアレンジ優花	花のアレンジ	第4土	14:00~16:00
TKBVC	ボイストレーニング	月1回日	13:00~15:30

※『おはなし会』…毎月第3土曜日10:00~ 図書ボランティアさんが待ってま〜す!!

### \* 交流館利用者登録更新のお願い \*

公共施設予約サービス「よやくーる」

水呑交流館をオンラインで利用されている団体は、毎年更新の手続きが必要です。  
6月30日までに水呑交流館の窓口へお越しください。更新手続きが行われず7月1日を過ぎるとご利用ができなくなります。まだ、更新手続きを終えていない団体は、期間内にご来館ください。皆さまのご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

## \* 体験講座のご案内 \*

色紙に、押絵で「ほおずき」を作ろう！

- と き：**6月24日（水）** 13:00~16:00
- と ころ：水呑交流館中会議室
- 定 員：10人
- 材料費：2,000円
- 持ってくる物：はさみ（手芸用）



\*申込みは、6月13日（土）まで  
（主催：水呑学区文化協会）

講座の申込みは、水呑交流館まで  
956-3943

## 6月は住宅用火災警報器

### 点検強化月間

**点検方法**  
あなたは、**引く派？ 押す派？**

**命を守るための10秒点検**  
~あなたの家は大丈夫ですか？~

設置から10年が経つと、機器の故障や電池切れで正常に作動しないかもしれません！  
今すぐ点検をしましょう！

**ご不明な点がありましたら**  
お近くの消防署までご連絡ください。

## シニア食生活改善教室 **フレイル予防の料理教室** (1回目)

参加費  
無料

『知りたい！シニア世代の食育』健康づくりは日々の食事から！

★と き：**6月30日（火）** 10:00~12:00

ばらのまち福山イメージ  
キャラクター  
「フレイル予防ローラ」



- ★と ころ：水呑交流館 実習室
  - ★対象者：おおむね65歳以上の方やそのご家族（ご家族の年齢は問いません）
  - ★定 員：15人
  - ★持ってくる物：エプロン、三角巾（大判ハンカチまたは手ぬぐいでも可）  
ふきん、筆記用具、マスク
- \*申込みは、6月23日（火）まで

身近な材料で簡単に  
できるレシピを、ご  
紹介します♪

※2回目は、9月15日（火）開催予定です。 主催：福山市食生活改善推進員協議会

## 《交流館利用について》

### ● 会議室等 ●

利用時間 8時30分~22時  
※使用時間を守りましょう。

受付時間（休日は除く）  
月~金曜日 8時30分~17時  
土曜日 8時30分~12時15分  
休館日 12月29日~翌年1月3日

### ● 図書室 ●

利用時間 平日13時~17時  
土曜日 9時~12時  
13時~17時



\*専ら営利を目的とする場合、その他、市長が不適当と認める場合には利用することができません。

はじめまして、新年度より水呑交流館に異動してまいりました橋本と申します。不慣れなため、ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、地域の皆さまとのつながりを大切にしながら努めてまいります。どうぞ、よろしく願いいたします。  
交流館主事 橋本 和枝

地域の皆さまには、いつも交流館活動にご理解とご協力をいただきありがとうございます。

2026年度（令和8年度）がスタートして1ヶ月半が過ぎようとしています。今年度も交流館事業や地域まちづくり推進事業の実施に向けて取り組んでまいりますので、地域の皆さま、各種団体・機関の皆さまのご理解とご協力をよろしくお願い致します。  
水呑交流館