



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!



シニア料理教室

手づくりパン教室

明るい先生がわかりやすく指導してくれますので、あ〜っという間に美味しいパンが作れる大人気の教室です。
焼きあがった時はとってもいい香りがしますよ〜♪
初心者の方も大歓迎ですのでご参加お待ちしております。

☆日 時 7月7日(火)・8月5日(水)・9月8日(火)
3回コース 10:00~11:30

☆講師 高尾 英子さん

☆場所 内海交流館 実習室



☆参加費 材料費として3回分900円
*初回(7月7日)に集金します。

☆持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル

☆定員 10人

☆締切り 6月23日(火) 定員になり次第締め切ります。

☆申込み・問合せ 内海交流館 ☎986-3722
—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 6月19日(金) 13:00~16:00

毎月第3金曜日に行います。
次回は7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。

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)	6月 8日(月) 10:00~12:00	マジックショー
イロハ会(5~7区) 二葉会(8・9区)	6月 3日(水) 10:00~13:00	歌唱・演奏
あんずの会(南)	6月10日(水) 10:30~12:30	うつみ音頭保存会との 交流会「踊り観賞」
さくらんぼの会 (町・平)	6月 9日(火) 10:30~12:30	西南部地域包括支援セ ンターによる「出前講 座」
大浦福祉会	6月 8日(月) 11:00~14:00	健康体操・ゲーム

状況により、中止となる場合もあります。

沼隈 × 内海

まちづくりデザイントーク

まちの未来を考えるシンポジウム

講演 「関係人口とまちづくり」 島根県立大学 田中輝美 准教授	事例紹介 「つばめ若者会議」 新潟県燕市	地域活動紹介 沼隈神楽団 和太鼓響組
---	-----------------------------------	---------------------------------

パネルディスカッション
ファシリテーター 福山市立大学 宮前良平 准教授
沼隈町・内海町から1人ずつ

入場無料

どなたでも
ご参加いただけます

先着
500人
参加記念品あり

詳細はこちら

日 時: 2026年6月28日(日) 13:30 ~ 16:30 (開場13:00)
場 所: 沼隈サンパルホール(福山市沼隈町草深1890番地4)

問合せ先 南部地域振興課 (084) 980-7713 申し込み 電話・二次元コードから

参加者募集

2026年度内海町まちづくりミーティング

第1回は【7月30日(木) 18時30分~20時30分】開催!

内海町をもっと活気のある町にしたい、一緒にまちづくりを考えたいという方、ぜひ一緒に話をしませんか?

- 対象: 内海町に在住・在勤の人
- 申し込み: 右の二次元コードまたは電話にて
- 募集期間: 6月8日(月)~7月3日(金)
- ※場所は後日決定、ミーティングは複数回実施します。

問合せ・申し込み: 福山市 南部地域振興課 ☎980-7713

詳細・申し込み

内海まちづくり検討委員会

【4月20日(月)開催】

内海まちづくり検討委員会では、次のとおり話し合いをしました。

キッチンバスの設置について 旧内海中学校内へのキッチンバス設置について、現状変更を届け出た上で承認することとなりました。	等を目的に海側の一部の樹木を伐採することが承認されました。
木の伐採について 旧内海中学校の視認性を良くすることや開放的なスペースを作ること	その他 うつみ市民交流センターに「思い出コーナー」を設置しました。今後、よりよい展示になるよう、皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

シニア食生活改善教室

フレイル予防の料理教室

主催: 福山市食生活改善推進員協議会

【とき・内容】

健康でいきいき過ごすために、みんなで楽しく食事のポイントについて学んでみませんか?

1回目 6月25日 10時00分~ 『知りたい! シニア世代の食育』	2回目 9月24日 10時00分~ 『楽しく腸活!』
--	----------------------------------

※食生活改善推進員による講義・参加者による調理実習と試食

【対象者】 おおむね65歳以上の方及びそのご家族
(ご家族の年齢は問いません)

【場所】 うつみ市民交流センター(内海支所)
↳ 内海交流館ではありませんのでお間違いなく!

【持参物】 エプロン、三角巾(大判のハンカチなど)、ふきん、筆記用具、マスク

【申込み先】 内海交流館(986-3722)

※締め切りは、実施日の1週間前まで。参加費は無料です。
※申込みが5人未満の場合は、中止します。
その場合は、食生活改善推進員から連絡させていただきます。
※当日、体調不良の場合、参加はご遠慮ください。

移動図書館
「のぞみ号」のお知らせ

今月の移動図書館

日時 6月10日（水）
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。



グラウンドゴルフ教室
日程変更のご案内

6月16日（火）に予定しているグラウンドゴルフ教室は、6月24（水）に変更になりました。

日時 6月24日（水）
10:00～11:30

お間違いのないようお願いします。

場所 旧内海中学校グラウンド
持参物 飲み物（水分補給）・タオル

問合せ 内海交流館 ☎986-3722


生涯学習講座

環境にも人にもお財布にも優しい
EM石鹸づくり

泥汚れなどがよく落ちるんです。
一緒に作りませんか？

◇日時 6月25日（木）10:00～
◇場所 内海交流館
◇講師 中尾 文江さん
◇材料費 100円
◇定員 10人

※汚れてもいい服装でご参加ください。
◇締切り 6月18日（木）
◇申込み・問合せ 内海交流館 ☎986-3722
—内海まちづくり推進委員会—



6月

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

※中止・延期の場合がありますので、ご了承ください。

団体別学習事業
明るく住みやすいまちづくりのための人権

「墓じまい」…とは？

こどもが他県で生活してお墓を見られない、お墓を継承してくれる人がいないなど、不安なこともあるかと思えます。一緒に考えてみませんか？


日時 6月18日（木）10:00～

場所 内海交流館

講師 藤井 和幸さん
(お墓ディレクター2級・終活カウンセラー上級)

締切り 6月11日（木）

申込み・問合せ
内海交流館 ☎986-3722



うつみ俳句会（はまゆう）

【五月作品】

父新茶零るるほどにつぎにけり
神原南無恵

転勤や部屋に残れる息子の香
村上 天女


骨壺に小さき名前や麦の秋
村上 薫

したの名で呼び合い二人新茶飲む
中尾 文江

幼子は少年となり夏来たる
渡辺 歌栄

生けるものすべて駆け足五月来る
渡辺 貞子

初摘みの香りの中で生命延ぶ
渡壁 良陽



認め合おう みんな違って あたりまえ