

第41号

かななべ 交流館だより

✉kannabe-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



発行 神辺交流館
福山市神辺町川南
3088-1
(TEL963-4050)



シニア食生活改善教室

参加費
無料

フレイル予防の料理教室

食生活改善推進員による講義と、参加者の皆さんで調理実習を行い、試食(1/2食量程度)をします。楽しく食生活のポイントについて、学びましょう!

【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)

【持ち物】 エプロン、三角巾(大判のハンカチまたは手ぬぐいでも可)、ふきん、筆記用具、マスク

【定員】 12人

【申込み】 神辺交流館 TEL963-4050



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」



身近な材料で簡単にできるレシピを、ご紹介します♪

○とき 7月 8日(水)
9:30~12:30
○ところ 神辺交流館

「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 9月30日(水)
9:30~12:30
○ところ 神辺交流館

「楽しく腸活」
いきいきと暮らすためのヒント!
~必見!便秘予防編~

主催: 福山市食生活改善推進員協議会

生き生きライフセミナー

フレイル予防講座 「フレイルとは?」と「ロコモ予防体操」

○とき 7月3日(金) 13:30~15:00

○ところ 神辺交流館 集会室

○講師 水成 昂聖さん(福山市スポーツ協会 健康運動指導士)
神辺保健福祉課 保健師

○定員 20人

○持参物 飲み物、室内靴

○申込み 神辺交流館 TEL963-4050



動きやすい服装で
お越しください。

—社会教育活動事業—

キッズ マネーセミナー

上手な
おこづかいの
使い方

楽しくお金のお勉強♪



まちパス
25p

と き 7月25日(土) 10:00~11:00

ところ 神辺交流館

対 象 小学生と保護者(子どもだけでもOKです。1年生、2年生は保護者同伴で。)

定 員 20人

講 師 ほけんの窓口

持参物 室内シューズ、筆記用具、クーピーまたは色えんぴつ

申込み 神辺交流館 ☎963-4050

お金を上手に
使うことを、楽
しく学ぼう。

—社会教育活動事業—

神辺学区まちづくり推進委員会 健康増進事業

みんな
集まれ!

～地域交流室からのお知らせ～

～気軽に集える地域の交流の場～
『サロンかなべ』



地域の皆さまが集まり、「仲間づくり」「フレイル予防」「学び合い」などを推進しています。ぜひ、お気軽にご参加ください!



開催日時: 毎週金曜日 13時30分～15時まで
開催場所: 神辺交流館 2階集会室
参加費: 無料

5月10日(日)、第58回神辺学区民体育大会が開催されました。
結果を報告します。参加された皆さん、お疲れさまでした。

応援の部

- 1位・・・七日市上・古市
- 2位・・・丁
- 3位・・・町上

総合の部

- 優勝・・・町上 493点
- 準優勝・・・掛の宮 420点
- 第3位・・・早王 330点

リレー

- 1位・・・早王
- 2位・・・掛の宮
- 3位・・・朝日



神辺学区まちづくり推進委員会
神辺学区体育大会