



本年度も加茂交流館をよろしくお願いします

田植えの季節を迎え、青田をわたる風もさわやかな頃となりました。

日頃より、交流館活動をはじめまちづくり事業にご協力をいただきありがとうございます。また、先般は、本格的な夏を迎えるにあたり交流館空調等の清掃についてご協力のお声がけをしたところ、多くのサークル・団体のみなさまに快くご参加いただき、日頃行き届かない所まで清掃することができました。ありがとうございました。

施設予約システムの導入により、加茂地域だけでなく市内の各地域からのサークル・団体の利用も増え、前年度は体育室を含め約58,000人もの方にご利用いただきました。利用者と直接顔を合わせお話しできる機会が減りゆく中、こうした繋がりは今後も大切にしていきたいと思っています。

引き続き地域の皆様の活動を支える身近なまちづくりの拠点として、その役割を果たしていきたいと考えています。

ごあいさつが遅くなりましたが、本年度も加茂交流館をよろしく申し上げます。

加茂交流館 一同

新しい職員のご紹介

田邊主事の後任として4月から勤務しております山田です。まだ不慣れでもありご迷惑をおかけすることがあるかもしれませんが、みなさまとのつながりを大切にしながら頑張ってみます。気軽に声をかけて頂けるとうれしいです。どうぞよろしくお願いいたします。

加茂食生活改善推進員からのお知らせ
シニア食生活改善教室

フレイル予防の料理教室



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」

食生活改善推進員による講義のあと参加者全員で調理実習を行います。
楽しく食生活のポイントについて、学びましょう！※試食（1/2食量程度）あり

1回目 **7月23日(木)10:00 ~**

健康づくりは日々の食事から！

『知りたい！シニア世代の食育』

2回目 **9月17日(木)10:00 ~**

いきいきと暮らすためのヒント

『楽しく腸活 ~必見！便秘予防編~』

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

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

【会 場】 加茂交流館 実習室 【定 員】 15人（参加費：無料）

※ 定員がありますのでお早めの申込みをお願いします。

※ 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、体調不良がある場合の参加はご遠慮ください。

【申込み先】 加茂交流館（Tel 972-5541） 【申込締切】 7月16日（木）

加茂交流館事業のご案内

予約は必要ありません。
みんな遊びにきてね♪



にんじんばたけ

《日 時》 毎月 第3火曜日
10:00～11:30
※8月はお休みです

《会 場》 加茂交流館

《対 象》 0～4歳くらいのこどもと
その保護者

- ★元保育士の先生と一緒に遊びましょう。
- ★子育ての悩み疑問などの相談もOK

《今後の開催日》

6月16日 (火)

7月21日 (火)



福山 おもちゃびょういん かも

《日 時》 毎月 第4土曜日
9:30～11:00

《会 場》 加茂交流館

- ★予約は不要です
- ★治療費は無料です
- ★診察の結果、治療できないおもちゃもあります
- ★部品交換など必要な場合は実費負担となります

《次回開催日》

6月27日 (土)

こわれた
おもちゃを
治します



事業へのお問い合わせは 加茂交流館 (Tel 972-5541) までお願いします。

団体登録の更新はお済ですか？

加茂交流館では2023年度(令和5年度)のオンライン申請開始にともない、交流館を利用する際には窓口での団体登録が必要になりました。この団体登録は毎年の更新が必要です。

現在、加茂交流館を利用されている団体で2026年度の更新がまだお済でない場合は6月中に窓口で更新の手続きをお願いします。

右の二次元コードをスマートフォンなどで読み取ると加茂交流館の情報を確認いただけます。



加茂学区運動普及推進委員と一緒に
楽しく体を動かしませんか？

福山市さわやか体操のご案内

《日 時》 毎月 第1水曜日 10:00～11:30

《内 容》 タオル体操、リズム体操、肩こり・腰痛体操、ストレッチ、脳トレ など

《会 場》 加茂交流館

《次回開催日》 **7月1日 (水)**

《お問い合わせ》

北部保健福祉課 (Tel 976-1231)

参加費無料、申し込みも
必要ありません。
お気軽にお越しください。



フレイル予防ローラ