

野々浜交流館

きずな



2026年(令和8年)
7月 9日(木) 発行
各ご家庭で一部ずつお取りください

7月号



TEL 084-943-9412

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

【まちづくり推進事業】

主催：野々浜学区まちづくり推進委員会
野々浜学区自治会連合会
野々浜学区ふれあい委員会

野々浜学区民 納涼盆踊り大会

8月1日(土) ※雨天の場合2日(日)

18:30~21:00



会場：野々浜小学校グラウンド

駐車場は用意してありますが台数に限りがあります。
なるべく徒歩でお越しください。

敷地内禁煙！



焼きそば・焼き鳥
フランクフルト…等々

屋台もたくさん！



盆踊り練習日

7月27日(月) 19:00~20:30

野々浜交流館で盆踊りの全体練習を行います。
どなたでも参加できます！
盆踊り大会までに踊りの練習をしませんか！？

うちの番号で
豪華景品が当たる！

大抽選会



5月28日、昨年度に続き交流館から飛び出し、今年度は【いきいきサロン高丸】の時間をいただき社会教育活動事業を開催しました。

講師は福山市東部保健福祉課の保健師、藤井さんと福山ライフサービス・健康運動実践指導者の丸山隆さん。

藤井さんからフレイルとはなにか？という基本的な話や、自分でできるフレイルチェック、お口のパタカラ体操などを教わりました。次に脳トレをしながら体もしっかり動かす体操を丸山さんに指導していただき、参加者全員で気持ちのよい汗をかきました。

フレイル予防出前講座 「フレイルとは」「楽しい脳トレ・体操」



女性特有の泌尿器疾患

おしっこトラブル・おしもの悩み

6月9日、セントラル病院泌尿器科医の有地直子先生をお招きし、女性のためのおしっこトラブルやおしもの悩みについてお話ししていただきました。

泌尿器科は男性のイメージを持たれがちですが排尿トラブル等のおしもの悩みは女性にも多くみられ、一方でデリケートな悩みであるため相談をためらう方も少なくありません。講演では女性特有のおしものトラブルについてパワーポイントを使い原因や予防法などを教えていただきました。

現在悩んでいる方も、近い将来自分のため、家族のためにも40歳代～90歳代までたくさんの方が参加し、とても賑やかな講義となりました。



2026年度野々浜学区人権学習推進委員会研修会

6月12日、福山市中国帰国者をささえる会代表の客本牧子さんをお招きし、野々浜学区人権学習推進委員会研修会を開催しました。

野々浜学区でも近年は100人近い外国籍の方が暮らしています。今後も外国籍の方はますます増えてくると予想されます。

講師の客本さんは福山市の人権擁護委員として一人ひとりに寄り添った人権相談、啓発活動を通じてすべての人の人権を守る活動をされています。また、地元の駅家町での地域日本語教室「ふ～じゅ」を開いて外国人とともに誰もが暮らしやすく大切にされる地域社会をめざして活躍されています。これらの経験を踏まえて、安心安全なまちづくりの地域の取り組み～外国人とのコミュニケーション～についてお話しをいただきました。





野々浜交流館はクーリングシェルターに指定されています！

こんな人は要注意！

高齢者、乳幼児、体調不良の人、持病のある人、肥満の人、暑さに慣れていない人

暑熱順化を始めましょう

「暑熱順化」とは、涼しいうちに汗をかく習慣を身につけて、暑さに慣れることです。熱中症にならないためには、暑熱順化が大切です。本格的に暑くなる前に、暑さに強い体を作りましょう。

「熱中症特別警戒アラート」とは？

過去に例のない危険な暑さが予想される日に「熱中症特別警戒アラート」が発表されます。当日は熱中症の予防行動を積極的にとりましょう。市が指定したクーリングシェルター（暑さをしのぎ涼むための施設）を開放するので利用してください。

クーリングシェルター・マーク



クーリングシェルター一覧はこちら↓



熱中症は、水分補給や小まめな休憩、部屋の暑さ対策など、日頃のちょっとした心掛けで防げる病気です。「ひと涼みしませんか？」と声を掛け合うゆとりと気遣いをもってみんなで熱中症を予防しましょう！

最新の熱中症情報は、環境省熱中症予防情報サイトから確認できます。

環境省熱中症予防情報サイトはこちら→



夏休み図書室開放



夏休みに交流館の図書室を開放します。

7月21日（火）～8月24（月）の平日のみ利用できます。

利用できない日や時間があるので、カレンダーで確認してください。

★午前10:00～11:30 ★午後13:30～16:00 （×の日時は利用できません）

時間内は出入り自由です。本を読んだり、宿題をしてね。図書室では静かにしましょう。

図書室内にお菓子の持ち込みは禁止です。熱中症予防のためお茶やスポーツドリンクなどは持ってきてください。



2026年7月～8月図書室開放日カレンダー



月	火	水	木	金	土	日
7/20 ×	21 ○	22 ○	23 午前○ 午後×	24 ×	25 ×	26 ×
27 午前× 午後○	28 午前× 午後○	29 ○	30 ○	31 ○	8/1 ×	2 ×
3 午前× 午後○	4 ○	5 午前× 午後○	6 午前○ 午後×	7 ○	8 ×	9 ×
10 ○	11 ×	12 ○	13 ○	14 ○	15 ×	16 ×
17 午前× 午後○	18 午前× 午後○	19 午前× 午後○	20 午前○ 午後×	21 午前× 午後○	22 ×	23 ×
24 午前× 午後○	25 始業式					



ギターコンサート

7月25日(土)

会場 13:00~
開演 13:30~
野々浜交流館会議室

観覧無料♪
どなたでもお越し
いただけます

～曲目～
・たなばたさま
・荒城の月
・太陽がいっぱい
他



社会教育活動事業

ぬか床でお漬物



☆日 時：8月3日(月) 10:00~12:00
☆会 場：野々浜交流館 実習室
☆講 師：「くらしと食卓」西田智恵さん
☆材料費：1500円(持ち帰りの容器代も含みます)
☆持参物：エプロン・マスク・手拭きタオル・飲み物
☆定 員：12人
☆申込み締め切り：7月27日(月) **★試食あります!**
☆申込み方法：電話(野々浜交流館 ☎943-9412)か
二次元コードを読み取って「メール作成画面はこちら」から必要事項を記入してください

日本食文化を代表する発酵食品
「ぬか漬け」
ぬか床の作り方とお手入れの
方法を学びます!



フレイルチェック会

～あなたはフレイル状態になっていませんか～

●と き **7月17日(金)** 10:00~12:00 13:30~15:30
(※いずれの時間も内容は同じ)

- ところ **福山すこやかセンター**
- 対 象 おおむね65歳以上の市民
- 定 員 先着各15人(予約が必要)
- 持参物 飲み物、動きやすい服装(裸足で測定する項目があるため、裾を膝まであげられるズボン・くつ下などでご参加ください。)

<申込先> 健康推進課 (7/1から受付)
電話：084-928-3421

他の日程や会場は
こちらから↓



回数制限をなくし、**5回目以降の方も**参加していただけるようになりました。



「フレイル予防ローラ」

これからの行事予定

内 容	日 時	場 所
移動図書館車	7月23日(木) 13:30~14:00	野々浜交流館 駐車場
介護予防 健康作り運動&頭の体操	7月27日(月) 9:30~11:30	野々浜交流館 会議室
健康体操	8月 5日(水) 13:30~15:00	野々浜交流館 会議室
シャキシャキ会	8月12日(水) 13:30~15:00	