

光交流館だより

hikari-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



カラー版
「交流館だより」

発行

福山市光交流館

草戸町 4-1-29

Tel 925-4258



8月の行事予定

2 ページ、3 ページもめくってね！



日	月	火	水	木	金	土
						1 光★夏フェス 2026
2	3 ・町内会連合会 会長定例会	4	5 ・光ふれあい カフェ	6	7 ・わくわく！ おいしいカレー作り ・敬老会 実行委員会	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19 ・光ふれあい カフェ ・廃食油回収日 (～10 時まで)	20	21 ・「善行市民賞」 学区推薦者検討会	22 ・光おはなし文庫 ・これってどうなん？ 相談室(14:00～)
23	24	25	26 ・光ふれあい カフェ	27	28	29
30	31	** 光ふれあいカフェは毎週水曜日に開店します。 **				

【8 月のお休み行事のお知らせ】

6 日（木）「光サロン」

12 日（水）「光ふれあいカフェ」

25 日（火）「いきいき運動教室」

※「いきいき運動教室」は

9 月もお休みします。

【2026 年 9 月の行事予定】

- ・ 3 日（木）光サロン
- ・ 8 日（火）光学区住みよいまちづくり協議会 推進委員会
- ・ 10 日（木）シニア料理教室
- ・ 25 日（金）子育て応援講座「赤ちゃんがうれしい声かけ講座」

・ 26 日（土）光おはなし文庫

これってどうなん？相談室

子育てを楽しもう♪

[社会教育活動事業／子育て応援講座]

～赤ちゃんがうれしい声かけ講座～

9 月 25 日（金）

10:00～

ところ 光交流館 会議室
講 師 清水 佑理子 さん
定 員 親子 10 組程度

（子どもの対象年齢 0 歳～未就園児）

参加費 無料

* お子さまの外出に必要なおむつ、
水分補給の 飲み物はお持ちください。

ふれあい遊びも
あるよ☆彡



随時、受付中♪

《申込み先》

光交流館

☎925-4258

申込みフォームはこちら

「かるた」でみつけよう「無意識の思い込み」

私たちは誰にでも、日常の中で無意識に思い込んでしまっていることがあり、自分の感性や見方を狭めていることが多くあるようです。

そこで市民の皆さんから寄せられた経験や意見を読み札にしている「無意識の思い込み発見かるた」を紹介したいと思います。

ひとつの絵札から、いろいろな思いをもった交流ができるかもしれません。

また、日常の暮らしにつなげて新しい発見があるかもしれません。ぜひ、体験してみてください！

熱中症予防行動をとみましょう！

熱中症警戒アラートをチェック！

見守り・声かけ！

適切にエアコンを使おう！

こまめに水分・塩分を補給！

熱中症は誰でも危険！油断は大敵です！

今年も厳しい暑さが予想されます。熱中症特別警戒アラートが発表された場合は、クーリングシェルター（危険な暑さから避難できる施設）が解放されます。もしもの時には光交流館（クーリングシェルター）をご活用ください。

【解放可能日：日、祝日を除く平日 8：30～17：00
土曜 8：30～12：15】

2026市民平和のつどい・第72回市民平和大会

日時：8月8日（土） 13時～16時

場所：まなびの館ローズコム
（福山市霞町一丁目10番1号）

内容：■オープニング
ひとりー羽披露
平和非核都市福山宣言
紙芝居「母と子の八月八日」読み語り&歌
■平和の思いを紡ぐメッセージの発信（動画）
児童、生徒の学習発表
戦後80年福山空襲語り部アーカイブ映像
■絵本の読み聞かせ
■映画上映
■体験コーナー：平和カルタ、ジャンボ折り鶴

その他：スタンプラリー、まちパス対象事業（18歳未満のこどものみ）

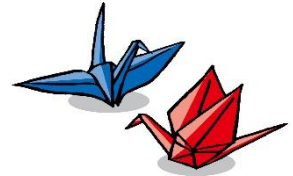
入場料：無料

問合せ：福山市多様性社会推進課（☎084-928-1006）

“1945年8月8日の「福山空襲」を心にとめ、
平和の大切さについて考えます。”

今年も「参加型」で実施！
「発表の場」であり、「学びの場」

思いを伝え、みんなの気持ちがつながって
いきますように・・・



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～

他の日程や会場は
こちらから↓



●とき 8月20日（木） 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。）

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。

<申込先> 健康推進課（8/3から受付）

電話：084-928-3421



フレイル予防の料理教室

『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



ところ：光交流館 実習室

持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具、マスク

対象者：概ね65歳以上の方やその家族

申込み・問合せ：光交流館

TEL 925-4258

申込み締切り：8月28日（金）



9月10日（木）

10:00～11:30

主催：福山市食生活改善推進員協議会

【「敬老行事」について（福山市）】

対象者		満 77 歳以上 (1950 年(昭和 25 年) 4 月 1 日 以前生まれ)
特別 記念 品	80 歳	福山市が対象者に 郵送でお届けします。
	90 歳	
	100 歳 学区最高齢者	
	市内男女最高齢者	福山市長等が対象者に直接お届けします。
長寿祝金 (100 歳になられた人)		福山市が対象者にお届けします。 (福山市より案内のお便りがあります。)



【2026 年度（令和 8 年度）光学区の敬老行事について】

○ご長寿をお祝いする敬老会を実施します。

但し、会場を光小学校体育館とするため、残暑厳しい「敬老の日」はさけて 11 月に実施することにいたします。『光学区敬老会』の日程・詳細につきましては、8 月 7 日(金)敬老会実行委員会にて検討いたしますので、決まりましたら、今後の交流館だより、ホームページ等でお知らせします。

福山市（高齢者支援課）から情報の提供を受けた全対象者にご案内状をお届けいたします。

○88 歳と 99 歳の対象者（町内会加入者）には、光学区よりお祝い状をお贈りします。



【2025 年度（令和 7 年度）協働のまちづくり推進事業報告を ホームページに掲載しました】

2025 年度（令和 7 年度）に実施した事業の内容と成果・課題、特色ある取組等をまとめた報告書が福山市のホームページに掲載されました。ぜひ、ご覧ください。

＊閲覧方法＊

まちづくり推進課ホームページ

「地域まちづくり推進事業・地域まちづくり計画」

> 「2025 年度（令和 7 年度）協働のまちづくり推進事業報告書」

URL: <https://www.city.fukuyama.hiroshima.jp/soshiki/machidukuri-suisin/402953.html>

《光学区まちづくりラボ（ホームページ）からも閲覧できます！》

2次元コードを読むと
簡単に閲覧できます！



《光学区まちづくりラボ》

URL: <http://www.hikari-machidukuri.com>

