

西交流館だより

まちづくりのホームページで『交流館だより』が見られます→



2026年8月号
発行 西交流館
福山市西町1丁目19-2
☎ 084-925-0442
nishi-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

「かるた」で見つけよう「無意識の思い込み」⑪

性別や見た目で判断されて、自分でやろうと思っていたことなのに、「出来ないだろう」と決めつけられて、先輩や同僚から「やっとなよ」と言われる。

こんな経験ありませんか？



無意識のうちに、「高齢者に SNS は使えない」と思っている人も多いですが、SNS が得意な高齢者もたくさんいます。中には動画配信をしている高齢者もいらっしゃいます。



わたしの中の“思い込み”をかるたで見つけてみませんか？ご紹介している「かるた」は町内会や団体にも貸出をしています。 ●お問い合わせ● ☎084 (925) 0442 西交流館

城北中学校職場体験に来てくれました！

1日目 西交流館で何をしているのかを知るために2つのサークルさん（「パソコンサークル」「おやこ劇場」）を見学しました。両方のサークルさんの方々は優しく接してくださったので、最初は緊張していましたが、だんだんと緊張がやわらぎました。残り3日間もがんばります。

2日目 「男子料理教室」さんと一緒に、サモサ・冷やし中華・サラダ・フルーツヨーグルトを作りました。僕はフルーツヨーグルトの担当でした。1番早く終わったけど、味つけの失敗などのアクシデントもありました。でも、面白かったです。

3日目 「はざくらの会」さんに参加しました。「はざくらの会」は高齢者の方々が集まって話をしたりお楽しみをしたりして、交流を深めながら若さを保つ会です。ぼくたちはビンゴゲームを計画して、皆さんに楽しんでいただきました。「はざくらの会」におられる人もすごくおもしろくて、交流を深めるということを実感できた日でした。

4日目 「ホワイトローズ」さんに参加させていただきました。折り紙でバラを作りました。最初は簡単だと思っていましたが、やってみたらとても難しく周りの人の助けがなかったらできませんでした。特に折り目を作って、それに沿ってきれいに折るのが難しかったです。でも、分かりやすいサポートのおかげで折ることができました。 【城北中学校2年生感想より】

西学区敬老会のご案内

「ご長寿おめでとうございます！」

●とき● 2026年(令和8年)9月20日(日曜日)

【受付】 9:30~10:00

【式典】 10:00~10:30

【アトラクション】 10:30~11:30

♪ 福山市立大学軽音楽サークル ♪ 「二胡」アンサンブル

●ところ● 西交流館 会議室

●対象者● 西学区にお住いの77歳以上の方 1,394人

対象者の方には各町内会を通してご案内をさせていただきます。

8月中旬~下旬頃には、お届けできる予定です。

●問合せ● ☎084(925)0442 西交流館

今年度の敬老会は「まちづくりお茶会」の活動として、福山市立大学 学生とコラボしています。

大学生がキャンパスを飛び出して、地域の課題を知り、解決をめざしていきます！

いつもとちょっと違う(?!)「敬老会」にないそうです♡是非ご出席ください。

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：1945年8月8日の

「福山空襲」を心にとめると
ともに、平和の大切さや
人権の尊さについて考える。

入場料：無料

問合せ：福山市多様性社会推進課

(☎084-928-1006)

フレイルチェック会

<とき>

8月20日(木)

10:00~12:00

13:30~15:30

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！

<ところ>

福山すこやかセンター

<対象>

「フレイル予防ローラ」

おおむね65歳以上の市民

※要予約

持参物や他の日程等
はこちらから→

<申込先>

健康推進課(8/3から受付)

電話：084-928-3421



勝手なつぶやき・・(ラウンドアバウト)



ラウンドアバウトと言われる交差点があります。日本ではまだ稀だと思います。いわゆる環状交差点のことです。ヨーロッパなどでは結構よくある形態の交差点です。(有名なものとしては、パリの凱旋門辺りのことでしょう。凱旋門の周りをぐるぐる回りながら自分の進みたい方向の道路を選んで右折していく形のものです。信号機は基本ありません。



瀬戸保夫 画

日本では、大きな交差点では信号機が設置しており、合図によって進みたい方向に進みます。でも、ラウンドアバウト(環状交差点)では信号の代わりに、タイミングを見計らいながら自分の進みたい方向を選んで進みます。交通量が多かったりタイミングを失ったりすると何周でも回り続けなければいけません。初めて通った人は、「いつ出たらええんら!?!」「もう1周せにゃあいけんのんかいのお。」「もう、めんどくさいんじゃないや!」などと、必要以上にぐるぐる回ってしまうこともあるようです。同乗している人からは「メリーゴーランドじゃあないんじゃないけえのお。」「早う行きんさいや。」「さっさと曲がりよるもんは、はあ〜、ぎょうさんおるで。」・・・などと。

考えてみると、私たちの毎日もラウンドアバウトによく似てるなと思うことがあります。

朝、「もう5分・・・」と布団に残るか思い切って起きるか。スーパーで残り少ない品物を全部買うか、一つは残そうとするか。困っていそうな外国人から話しかけられた時、受け応えようとするかやり過ごすか。玄関でバラけているつれ合いさんの靴を揃えるか知らん顔をするか。ほんの数秒の出来事ですが、そのたびに私たちは心の中で小さなハンドルを切っています。

その時、何が私たちの進む道を決めているんでしょう。

損か得か、便利か不便かだけではないように思います。「褒められるかな怒られるかな」「相手はどう思うだろう」「困っている人はいないかな」「これでいいのかな」と、心の中で囁くもう一人の自分。その声こそが、道徳心なのかもしれません。

道徳という言葉を知ると(以前も、マナー、モラル、ルールという内容に触れたことがあります)、学校でのお勉強のように感じることも多いかもしれません。しかし本来は、毎日の暮らしの中で育ち続けるものでしょう。家族との会話、地域コミュニティとのかかわり、友人との助け合い、失敗経験、誰かに親切にしてもらったこと……。また、自分自身と向き合うこと、社会とかわかえること、自然の美しさに心を動かされること、目には見えない大切なものに感謝することなどを通しても。そうした一つ一つが私たちの心の中に新しい「道」をつくってくれると思います。

もちろん、いつも正しい道をすぐには選べるとは限りません。迷うことだらけです。迷って終わってこともあります。けれど、立ち止まったからといって真剣に考えようとしているのなら無駄なことではないかもしれません。迷った経験も、次のよりよい「道」選びの材料になるだろうからです。

信号機のように、「赤では」「青では」と単純には決められない場面がたくさんありますよね。あらゆる場面で、刹那的にハンドル操作が必要です。だからこそ、自分の心のハンドルをどのように切るかが大切です。ラウンドアバウトでは、少しぐらい多く回ることもあるでしょうが。最後は、自分の成長につながったり誰かの笑顔につながったりする出口を選ぶようになると素敵ですね。

瀬戸 保夫



2026年 8月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
						1
2 盆踊り (文化部会)	3	4	5 ユニカール (健康づくり)	6	7 子ども 料理教室◎ [ココロパーク]	8 家族 料理教室◎ [ココロパーク]
9	10	11 山の日	12	13 はざくらの会	14	15
16	17	18 ユニカール (健康づくり)	19 ランブシェード づくり [ココロパーク]	20	21	22 見守りボラン ティア交流会 (安全部会)
23	24	25	26	27 はざくらの会	28	29
30	31					

2026年 9月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
		1	2 ユニカール (健康づくり)	3	4	5 ばら花壇整備 (環境部会)
6	7	8 パソコン サークル (情報部会)	9	10 はざくらの会	11	12
13	14	15 パソコン サークル (情報部会)	16 ユニカール (健康づくり)	17	18	19
20 西学区 敬老会	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 はざくらの会	25	26
27	28 築城隊 (総務部会)	29 パソコン サークル (情報部会)	30	31		

西学区敬老会 9月20日(日) 10:00～ 西交流館

*対象者の方には8月中に、町内会を通してご案内が配布されます！