

てしろ交流館だより



2026年(令和8年)8月1日41号
手城交流館 Tel 084-931-4009
E-mail teshiro-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

8月の行事 夏休み

日	月	火	水	木	金	土
						1 わくわく キッズ① 手城文庫
2	3 	4	5 ふれあい学習会	6 まちづくり 運営委員会	7 わくわく キッズ②	8
9	10	11 モルック大会 山の日	12 	13 	14	15
16	17	18	19	20 	21	22
23 30	24 31	25 手城小学校 2学期始業式	26 ふれあい大会 実行委員会①	27	28	29
【9月の予定】 9(水)ハッピーランド 16(水)交流館サロン ミモザ						



8月の百歳体操はお休みします!!!

次回は9月1日(火)です!



**クールシェア
しましょう!**

クーリングシェルの設置について



手城交流館では、「交流館サロン ミモザ」をはじめ、社会教育活動事業・料理教室など涼しい館内での講座を実施しています。
クールシェアしながら、楽しんでくださいね♪

手城交流館は、クーリングシェルの対象施設です!

「熱中症特別警戒アラート」が発表された時は手城交流館の行事のない空き室を開放します。

汗拭きタオルや飲み物は各自ご持参ください。

※開放時間は平日の 8:30~17:00 です。



指定暑熱避難施設
クーリングシェルター
COOLING SHELTER

8月の予定

夏休みわくわくキッズ

クッキング

申込みが
必要です

工 作



☆メニュー☆
○カラフルおにぎりスティック
○キャベツとコーンのおみそしる
○まあるいたまごやき

みずでっぼうを
つくろう！

- と き： 8月1日(土)
- 時 間：9時30分～11時30分ごろ
- 場 所：手城交流館実習室
- 材料費：300円

—食生活改善推進委員—

- と き： 8月7日(金)
- 時 間：13時～15時30分ごろ
- 場 所：手城交流館実習室
- 材料費：300円

—まちづくり推進委員会—



☆どちらの講座も定員 15 名です。
☆詳しくは、小学校から配られるチラシを見てください。
☆お問合せ・申込みは手城交流館まで！
084-931-4009

☆てしろうこ支援事業☆

『麴de美クッキング!』

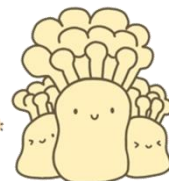
ふれあい学習会

定員15名

- とき 8月5日(水)
- 講師 JA 福山市 神辺地域女性部
乙女グループのみなさん
- 時 間 10時～12時ごろ
 - 場 所 手城交流館 実習室
 - 対 象 成人一般
 - 定 員 15人
 - 材料費 500円
- ※エプロン・三角巾・ふきん
をご持参ください
- まちづくり推進委員会—

申込みが
必要です

麴菌





7月のようす



ハッピーランド

『こどもの栄養バランス食・
ママのこころの栄養』



離乳食の話や
栄養について
たくさんお話
できました！

ーてしろっ子支援事業ー

交流館サロン ミモザ

『受けよう！健診・
確かめよう！健康』

健診でわかること
たくさんあります！
手城学区は受診率が
低いようです
元気で長生き♪♪
目指しましょう!!

てしろライフセミナー③

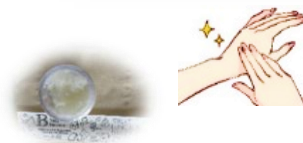


手城社会教育活動事業

～日々の暮らしに自然療法を～



講師に自然療法探求場 然～あるがまま～
主宰 沼本春美さんをおむかえして、自然療法
のお話と、ハンドクリーム作りをしました！
とてもリラックスできる香りで、暑い毎日に
ひと時のやすらぎの時間でした♪



シニア食生活改善教室

『知りたい シニア世代の食育』

ごはん・鮭の彩り照り焼き・蒸なすとツナの
マリネ・シトロンムースをつくりました。
危険な暑さが続き、食欲もおちてきます！
栄養満点で目新しいメニューは“たべたい”
につながりますね！



福山市版エンディングノート 「わたしのこれからノート」

配布が始まります！



これからの人生をより豊かに、自分らしく生きるために
家族や自分自身の安心につながる「終活」を始めてみませんか？

※配布場所は、8月から社会福祉協議会各事務所、
市高齢者支援課および各支所保健福祉課、地域包括支援センター

終活とは、自分の人生の「終わり」と向き合い、
物の整理や相続、お墓のことなど、様々な準備を
することです。

福山市では、皆さまの前向きな取り組みを応援
するため、「福山市版エンディングノート」の配布と
記入のサポートを行います。



エンディングノート作成相談と専門職相談

エンディングノートの作成の相談や、専門職に
よる相談ができます。

(対象者：65才以上及びその家族)

①エンディングノートの記入サポート

日時：8月3日(月) から

毎週 月・水・金曜日 8:30～17:15

(祝日・年末年始を除く)

場 所：福山すこやかセンター

内 容：エンディングノートの配布と記入支援

②専門職による定例相談会【要予約・先着順】

日時：毎月第1木曜日 9:00～12:00

場 所：福山すこやかセンター

内 容：弁護士や司法書士による専門的な相談

定 員：4人(先着順/1人1時間まで)

講演会「終活のための相談・遺言手続き」

終活や遺言について、専門家である司法書士が
わかりやすくお話しします。

まずはこちらに参加してみませんか？

講演会 詳細

日時：8月7日(金) 13:30～15:00

場 所：福山すこやかセンター 1F

多目的ホール

講 師：松本 健太郎さん(司法書士)

定 員：150人(先着順)

参加費：無料

その他：手話通訳

要約筆記あり



申込締切：8月6日(木) まで

申込方法：裏面の参加申込書で申込みください。

【申込・問い合わせ】

福山市社会福祉協議会 総務課

〒720-8512 福山市三吉町南二丁目11番22号 福山すこやかセンター内

電 話：084-971-3711 FAX:084-928-1622

メール：soumu@f-shakyo.net

※申込、問い合わせは、毎週 月・水・金曜日【祝日・年末年始を除く】の8:30～17:15の受付となります。

