



ありま交流館だより

8月

《発行》 有磨交流館 福山市芦田町上有地 123-3 ☎ 958-3849

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



こちらの2次元コードを読み取ると有磨交流館のホームページがご覧いただけます！

交流館運営委員会が開催されました！

7月10日(金)、有磨交流館の運営委員会が開催されました。

団体代表交代により新たな3人のメンバーを迎え、8人の運営委員に参加していただきました。

前年度の事業報告、今年度の事業計画など、交流館の運営について意見をのべていただきました。

交流館運営委員会で行っている資源回収では、昨年度は「こども用のスリッパ」を購入しました。皆様のご協力ありがとうございます。

今後も多くの皆様に参加していただける交流館活動をめざし、取り組んでいきます(^^)／

- | | | |
|-----|----|------------|
| ◎戸田 | 久富 | (自治会連合会) |
| ○河村 | 圭子 | (女性協議会) |
| 下江 | 博雄 | (老人クラブ連合会) |
| 岐部 | 克巳 | (有磨学区体育会) |
| 下江 | 公輔 | (有磨小学校PTA) |
| 甲斐 | 昌基 | (まちづくり経験者) |
| 木村 | 達也 | (在住行政職員の会) |
| 藤井 | 真爾 | (有磨小学校) |

《◎は委員長、○は副委員長

()は所属団体ほか、敬称略》

よろしくお願いいたします



8月の社会教育活動事業のお知らせ 「リンパマッサージで免疫アップ」 ～元気とキレイを自分の手で～

日時 8月24日(月)10:00～11:30頃
場所 有磨交流館 二階会議室
講師 追林けい子さん(総合リンパマスター)
定員 15人

※暑い時期なので、水分補給ができるように、各自ご持参ください

申し込み：必要
参加費：無料リンパのめぐりを
スムーズにして、心と
体をリフレッシュ！

申し込み・問い合わせ先 有磨交流館 ☎ 958-3849

いざという時の避難場所知ってますか？

有磨学区の基幹緊急避難場所は、
「芦田中学校」です。

毎年6月には自主防災組織、福山市行政職員、交流館職員のメンバーが集まり、避難所を開設する際の流れ、備蓄されている防災資器材の確認を行っています。

自然災害はいつやって来るかわかりません。

どの経路で、何をもって避難するか、ご家庭でも話し合ってみてください。

中学校には
・ユニットトイレ
・アルミ毛布
・エアーマット
・アルファ米
・ライスクッキー
などの備蓄品もあるよ。

体育館は冷暖房が
整備されてるよ！

有磨学区防災倉庫

有磨交流館は、土砂災害時の避難所としてのみ指定されています。(洪水時の避難所としては指定されていません)

交流館敷地内の「有磨学区防災倉庫」には次のような備蓄品があります。

- ・非常用発電機
- ・土のう袋
- ・アルミ簡易ブランケット
- ・ハンドメガホン など



有磨学区自主防災会



まちづくり推進委員会 生活安全・環境部会より報告

まちづくり出前講座「自分を守る！交通安全教室」

7月25日に「自分を守る！交通安全教室」が開催され、市民生活課 桑田専門員からお話をうかがいました。

自転車の青切符についての話では、携帯電話のながら運転、二人乗りなど、違反行為の例などを教えて頂きました。自転車は、幅広い世代が使う身近で環境にやさしい交通手段です。しかし全国的に自転車の交通事故が多いので、自転車も車両の仲間という意識を持ち、交通ルールをしっかりと守っていきましょう。

また、近年増えている特殊詐欺についても具体的な事例を交えたお話をしていただきました。あの手この手の手法を使って、私たちを狙ってくる特殊詐欺。自分一人で抱え込まず、まずは家族や友人に相談しましょう。



社会教育活動事業の報告 「健康ボイストレーニング」

7月9日(木)有磨交流館で『健康ボイストレーニング～体と心を健やかに～』講師に小畑貴美恵さん(KIMIE VOCAL 教室)をお迎えし開催しました。

声を出すことで健康的な体づくり。まずは、軽いストレッチとリンパ流しで体を軽くして、声を出すには“発声練習”ハミングやルルルルなど、喉に過度な負担がかからないよう徐々に声が出るように準備します。

そして、体でリズムをとりながら♪上を向いて歩こう♪を歌いました。初めは恥ずかしくて声が小さかったけれど、先生の楽しいご指導で…後半はステップを踏んだり、手をたたいたり…みなさん笑顔で歌っておられました(≧▽≦)♪～



お盆 (8月13日～8月16日)

お盆とは盂蘭盆会(うらぼんえ)を略した言葉で、 Sanskrit 語の「ウランバーナ(逆さに吊り下げられた苦しみ)」が語源とされています。

昔、お釈迦様の弟子である目連尊者(もくれんそんじゃ)が、神通力で亡き母親の姿を見ると、餓鬼道に落ち、逆さに吊りにされ飢えに苦しむ姿が見えました。母親を救う方法をお釈迦様に訊ねたところ、夏の修業が終わった旧暦7月15日に修業僧たちを招き、供物をささげて供養するといいと教わりました。お釈迦様のいわれた通りにすると、その功德により目連尊者の母親は餓鬼道からすくわれたそうです。

日本では、家族や一族が集まり、ご先祖さまや故人を偲び、供養する行事として定着しています。



終戦記念日 (8月15日)

1945年8月15日にポツダム宣言受諾が国民に公表されたことから、「終戦記念日」とされています。

5月のまちづくり視察研修では、大和ミュージアムで戦艦大和の模型・人間魚雷「回天」など見学し、太平洋戦争当時の過酷な状況を学びました。

いまだに世界では戦争が続いています。

「終戦記念日」を機に、改めて戦争の恐ろしさ、平和の大切さについて考えてみましょう。



知ってる？二十四節気

8月の節目の暦は

立秋(りっしゅう) … 残暑は厳しいけれど、暦のうえでは秋が始まる

8月 7日

処暑(しょしょ) … 夏の暑さが峠を越えて収まり、朝晩に秋の涼しさが感じられる頃

8月 23日

