

えきや
いーすと

発行 駅家東交流館
福山市駅家町法成寺1270
TEL.972-4842
e-mail ekiyahigashi-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



こちらを読み
取ること
で駅家東
交流館の
ホームペ
ージがご
覧いただ
けます



映画上映会



駅家東人権啓発推進協議会の学習会として「最高の人生のを見つけ方」の映画上映会を行います。この作品は、末期がんを宣告された二人が、年齢やお金、立場に関係なく、誰もが自分らしく生き、夢を叶える権利があること、そして、お互いを尊重し、一人ひとりの命や人生を大切にすることが人権につながるという内容です。

↑こちらから
も申込みが
できます

鑑賞後は意見交換をします。お誘いあわせのうえ、ぜひご鑑賞ください。

日時 8月29日（土）
①10:00～ ②13:30～

上映時間 115分

場所 駅家東交流館 2階会議室
持参物 水分補給の飲物
申込・お問合せ 駅家東交流館 ☎972-4842

入場無料



まち
づくり

オープンマイク ～なんでも発表会～

出演者
観覧者
募集します！

日時 **8月30日(日) 13:30～**

場所 駅家東交流館 2階会議室

締切り 8月28日（金）（定数に達し次第、締め切ります）

定数 8組（演奏は1組3曲まで、出入り含めて10分以内）

※出演順は当日決めます

※出演者は13:00までに集合してください

お問い合わせ先 駅家東交流館 ☎972-4842

オープンマイクとは、誰でも演奏できたり、演奏を聴いたりすることができる交流の場です。

楽器の種類は問いません。人前で演奏してみたい方、演奏を聴いてみたい方、誰でも気軽に参加できます。

まずは一緒に交流しませんか。



←こちらからも出演と観覧の申込みができます。

社会
教育

脳活!! おとなの ぬい絵と茶話会 「コスモス」



日時 **9月2日(水)**
13:30～

場所 駅家東交流館 実習室

持参物 色鉛筆、水分補給の飲物

材料費 100円（茶菓子代含む）

定員 15人（定員になり次第、締め切ります）

締切り 8月26日（水）

駅家東交流館 ☎972-4842



←こちらから写真を見ることができます。
申込みもできます。

社会
教育

脳活!! スクラッチアート&茶話会



「香港の夜景」

日時 **9月17日(木)**
13:30～

場所 駅家東交流館 1階会議室

持参物 筆、お手拭き、水分補給の飲物

材料費 120円（茶菓子代含む）

定員 15人（定員になり次第、締め切ります）

締切り 9月15日（火）

駅家東交流館 ☎972-4842



←こちらから写真を見ることができます。
申込みもできます。

社会
教育懐かしの歌、青春の歌・童謡・唱歌など **歌ってフレイル予防講座！**日 時 **8月25日（火）13:30～15:00**

場 所 駅家東交流館 2階会議室

こちらから申込みができます→

**シニアの料理教室**
フレイル予防

主催：福山市食生活改善推進員協議会

健康でいきいき過ごすために、みんなで楽しく食事のポイントについて学んでみませんか？

【とき・内容】

1回目 **9月1日（火）10時00分～**

『 楽しく「腸活！」 便秘予防について 』



※食生活改善推進員による講義・参加者による調理実習と試食

【対 象 者】おおむね65歳以上の方及びそのご家族（ご家族の年齢は問いません）

【場 所】駅家東交流館 実習室

【持 参 物】エプロン、三角巾（大判のハンカチなど）、ふきん、筆記用具、マスク、水分補給の飲物

【申込み先】駅家東交流館 ☎972-4842

※締め切りは、実施日の**1週間前まで**

※申込みが5人未満の場合は、中止します。その場合は、食生活改善推進員から連絡させていただきます。

※当日、体調不良の方は連絡をしていただき、参加はご遠慮ください。

**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 **9月9日（水）10:00～12:00 13:30～15:30**

（※いずれの時間も内容は同じ）

●ところ **かなべ市民交流センター**

●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（8/17から受付）

電話：084-928-3421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

駅家東まちづくり推進委員会事業報告

終活講座「墓じまいについて」

駅家東まちづくり推進委員会では、地域の皆さまからの要望で、終活講座をスタートしました。

第1弾の「墓じまいについて」は、6月16日（火）お墓ディレクターの藤井和幸さんを講師に迎え、学習会を開催！近年の高齢化によるお墓の継承が問題となっています。この学習会では、お骨の納め場所（行き先）や方法、どの業者に依頼するかなど選択肢が様々あることを学びました。また、講師から家庭の事情も多岐にわたるため、お墓をどうするかは決断を急がず、家族や親族としっかり相談、話し合って進めることが大事だと教わりました。

参加者からは「大変わかりやすかった」「お骨の移動にも申請があるということがわかった」などの声をいただきました。

次回の終活講座は、10月2日（金）「相続対策・認知症対策」です。ぜひ参加ください。



デジタル回覧板のためのLINE研修会

6月25日（木）と7月2日（木）LINE研修会を井上翔さんを講師に迎え実施しました。各町内会の会長・副会長と役員を対象に「オープンチャットへの参加（前編）」「オープンチャットを作って交流（後編）」を学習しました。

役員の負担を減らすため「デジタル回覧板」を検討する中で、「オープンチャットの運用」を実行することになりました。従来の回覧板と併用していきます。各町内会での勉強会が設けられるので、ぜひ参加してください。詳しい日程は後日お知らせいたします。



400mL献血にご協力を！

献血

2026年（令和8年）

8/19(水) 20(木) 9:30~11:30 13:00~16:00

献血会場：福山市北部市民センター
（三島産業サッカースタジアム前にて受付）

事前の予約をおすすめします！

★QRコードから「ラブラッド」に登録して予約
または
★広島県赤十字献血センター 0120-150-554
（平日8:30~17:00）に電話して予約

【主催】駅家地区まちづくり推進委員会 【協賛】福山市駅家地区公民館推進協議会
（駅家地区・宜山地区・駅家東地区） 駅家地区5学（地）区まちづくり推進委員会
福山あいライオンズクラブ 福山あいライオンズクラブ
※参加者には記念品があります
～400mL献血にご協力をお願いします～

0120-150-554 広島県 日本赤十字社広島県支部 広島県赤十字献血センター



駅家地区献血実施のお知らせ

日時 **8月20日(水)・21日(木)**

9:30~11:30

13:00~16:00

場所 福山市北部市民センター

主催 駅家地区まちづくり献血実行委員会

