

キラキラ
しんいち
第196号



発行：新市交流館
電話番号：(0847)52-5546

ホームページの
QRです！



第 196 号

<https://www.city.fukuyama.hiroshima.jp/soshiki/hokubutiikishinkou/269916.html>

2026 KIRA KIRA

まつりしんいち

★8月1日(土) PM6:00~★

★プログラム★

PM5:00～	バザーオープン	
6:00～	新市小学校3・4年生	
6:20～	式典・ポスター表彰	
6:40～	EKI ダンスアカデミー	
7:05～	新市中央中吹奏楽部 OB 会	
7:35～	スポーツクラブ BigRun キッズダンス	
7:50～	備後しんいち鬼炎太鼓	
8:20～	盆踊り	
8:40～	お楽しみ抽選会	
9:00～	閉会	



★EKI ダンス
アカデミー★



★新市中央中吹奏楽部 OB 会★



★スポーツクラブ BigRun
キッズダンス★



★備後しんいち鬼炎太鼓★

★お楽しみ抽選会★

チラシの表面左下に抽選券
がありますので切り取って、
当日ご持参ください。

8時30分までに、本部席
の抽選箱に抽選券を入れてく
ださいね！

お楽しみ抽選会、どんな景
品が当たるか乞うご期待！！



★各種バザー★

★各種ハサー★ 焼きそば・関東煮・フランクフルト・焼き鳥・フライドポテト
揚げたこ・からあげ・ラーメン・うどん・綿菓子・かき氷生ビール・缶ビール・缶酎ハイ
ノンアルコールビール・ハイボール・ジュース・スーパーボールすくい・くじ付き玉入れ
めだかすくい・金魚・お菓子すくい・消防車展示など





7月のお花「グラジオラス」

7月にご紹介するお花は、夏空に向かってまっすぐ花穂を伸ばすグラジオラスです。

その凛とした姿には、古代ローマから語り継がれる物語があります。「グラジオラス」という名前は、ラテン語で「小さな剣」を意味する「グラディウス」に由来しています。剣闘士た

ちは勝利と勇気の象徴としてこの花を身につけ、戦いに臨んだと伝えられています。

そんな歴史を持つグラジオラスの花言葉は、「勝利」「誠実」「情熱」。まるで「顔を上げて、一歩前へ進もう」と静かに背中を押してくれるようです。

赤やピンク、黄色、白、紫など色彩も豊かで、一本でも存在感があり、夏のアレンジメントや花束を明るく彩ります。暑さに負けず、まっすぐ伸びるその姿は、見る人の心まで前向きにしてくれるでしょう。

忙しい毎日の中で、ふと立ち止まってグラジオラスを眺めてみませんか。その花姿は、どんな時でも自分らしく真っすぐ生きることの大切さを、そっと教えてくれているのかもしれません。

今回は黄色のグラジオラスを長さを生かした花束にしてみました。ドラゴン柳 グロリオサ ドラセナ を使っています。グラジオラスだけ花瓶に入れて飾るのも素敵ですよ。

あなたも「一歩前に進もう」と思う時グラジオラスの花を思い出してお部屋に飾ってみてはいかがでしょうか。



“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。”

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

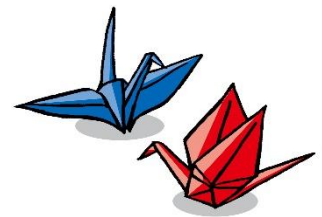
その他：スタンプラリー、まちパス対象事業(18歳未満のこどものみ)

入場料：無料

問合せ：福山市多様性社会推進課(☎084-928-1006)

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・・・



親子でリトミック♪ ～リズムであ・そ・ぼ～

親子リトミックは、音楽やリズムに合わせて
親子で一緒に体を動かし、スキンシップをとります。

音楽と触れ合い、リズム遊びをしながら親子で一緒に楽しみましょう！

0歳児からも
参加できます！



日時 7月29日(水) 10:00～11:30

場所 新市交流館 2階和室

講師 渡辺 留美子さん(ベビー&キッズ教室「Cotton」主宰)

定員 10組(申し込みが必要、新市交流館 52-5546 まで。)

参加費 無料



新市交流館 社会教育活動事業

キッズサマーチャレンジ

人権・社会教育活動事業

参加費無料



【親子で平和を学ぼう!】



日時・場所



① 8月8日(土) 10:30～11:30

新市図書館(しんいち市民交流センター)

② 8月9日(日) 10:30～11:30

北部図書館

内容：絵本の読み聞かせと
平和かるた、DVD 上映

* 図書館職員による絵本の読み聞かせ

* 『平和かるた』をやってみよう！

* DVD『ちいちゃんのかげおくり』

◆定員：①②ともに20人(低学年以下は保護者同伴)



【北部地域振興課・北部図書館・新市図書館共催】

《主催・問合せ先》

福山市北部地域振興課(駅家町倉光 37-1 北部支所内)

TEL 084-976-9460

みんなの終活

エンディングノート ナビゲーターの 赤川なおみです！

これからの人生を豊かにするヒント
夏を元気に乗り切る

～人と会うことも健康づくり～

(No.95)

こんにちは。「人生悔いなし！を全力サポート」の特定非営利活動法人エンディングノート普及協会理事長の赤川なおみです。

7月になると、本格的な夏がやってきます。「今年も暑いですね」が合言葉のようになる季節。涼しい部屋で快適に過ごすことは大切です。でも、家の中の生活が何日も続くと、「今日は誰とも話をしていないな。」そんな日が続いていませんか。今月は、暑くても人と会えるヒントをお伝えします。

◎人と会うことも健康づくり

健康というと、「運動」や「食事」を思い浮かべる方が多いかもしれません。もちろん、それも大切です。しかし最近では、人とのつながりも健康を支える大切な要素だと言われています。誰かと話す。笑う。「元気？」と声を掛け合う。

ほんの数分でも、人と関わることで気持ちが明るくなり、「また明日も頑張ろう」という元気が湧いてきます。

◎朝夕の10分が、元気の時間

真夏の暑い時間帯に無理をして外へ出る必要はありません。おすすめは、朝や夕方の少し涼しい時間です。

私も毎朝6時前に、ほんの10分ほど近所を散歩しています。「たった10分？」と思われるかもしれませんが、家の周りを歩くだけでも、「おはようございます！」と数人の方とあいさつを交わします。「今日は暑くなりそうですね」「畑の野菜が大きくなりましたね」と、ほんの一言二言の会話ですが、それだけで気持ちよく一日を始めることができます。

◎「会う約束」をつくってみませんか

暑い夏は、家にいる時間が長くなりがちです。そんな時は、「人に会う予定」を一つつくってみませんか。

朝の散歩やラジオ体操、交流館へ出かけるなど、目的は運動ではなく「誰かに会うこと」。人とのつながりがあると、「また明日も歩いてみよう」という気持ちが生まれます。

家の周りを10分歩くだけでも、あいさつを交わす機会があります。その小さな出会いが、心も体も元気にし、これからの人生をより豊かにしてくれるはずです。

