



旭丘交流館だより

ぶらんこ

第234号 2026年8月8日

発行 旭丘交流館

住所 福山市引野町南1丁目17-46

電話 943-9787

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



【社会教育活動事業】

女性の、これって年のせい？ ～泌尿器科医に聞く、おしっこトラブル・おしもの健康～

気になることを専門医に相談できる貴重な機会です。お気軽にご参加下さい。

- 日時 9月16日(水)10:00～11:30
- 場所 旭丘交流館 会議室
- 講師 セントラル病院 有地直子医師(泌尿器科)
- 対象・定員 女性・20人程度
- 参加費 無料
- 申込み方法(①・②のどちらかの方法で申込みをお願いします)

①電話で申込む(旭丘交流館 ☎ 943-9787)

②二次元コードを読み取って申込む

- 締切日 9月11日(金)



二次元コードを読み取って「メール作成画面はこちら」をタップし、必要事項を入力して送信してください。

〈旭丘学区まちづくり推進事業〉



2026年度「乳児ランド村」 参加者募集のお知らせ♪

『乳児ランド村』はお子さんと保護者がゆっくり過ごせる場所です♪

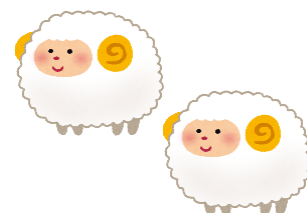
- 日時 9月8日(火)10:00～11:30
- 場所 旭丘交流館 会議室
- 内容 『ベビーとおうちの人とバランス遊び』
親子で楽しいふれあい遊びやママたちがリラックスできる体操などを紹介してもらいます。
- 講師 『まんまあ〜る』 滝川知子さん
- 対象者 未就園児
- 申込み方法(①・②のどちらかの方法で申込みをお願いします)

①電話で申込む(旭丘交流館 ☎ 943-9787)

②二次元コードを読み取って申込む



二次元コードを読み取って「メール作成画面はこちら」をタップし、必要事項を入力して送信してください。



～ 「旭丘 小さな親切 見えるまち」(旭丘学区みんなの人権標語) ～

「旭丘学区公式LINEオープンチャット」 登録してますか？

LINEオープンチャットを活用して、情報伝達・情報交換しましょう！！



- ★ニックネームでも可。
- ★左記二次元コードを読み取って、参加コードを入力して参加してください！

参加コード

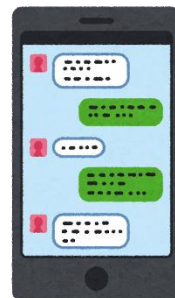
0	5	1	1	1	8
---	---	---	---	---	---

情報交換

イベント告知

地域情報の共有

参加者を募る



旭丘学区住民の方ならどなたでも登録できます。ニックネーム登録でも大丈夫！

※オープンチャットは、LINEに登録している名前とプロフィール画像は公開されないため個人情報が出回る心配がないため安全に利用できます。途中登録でも過去のトークを確認することができます。

※登録の方法等、質問がありましたら旭丘交流館（☎943-9787）までお問い合わせください。



シニア食生活改善教室 《福山市食生活改善推進員協議会》

「楽しく腸活！」

参加費無料

いきいきと暮らすためのヒント！ ～必見！便秘予防編～

身近な材料で簡単にできるレシピをご紹介します♪

※食生活改善推進員による講義と、参加者の皆さんで調理実習を行い、試食（1/2 食糧程度）をします。

■日時 9月19日(土) 10時00分～

■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 旭丘交流館 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

■締め切り 実施日の1週間前まで

■申込み先 旭丘交流館（☎943-9787）



※申込が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、体調不良がある場合の参加はご遠慮ください。

～「人権は 人の命を 守るもの」～

24時間テレビ「愛は地球を救う」
の趣旨に賛同し協力します！！

＜旭丘学区まちづくり推進委員会＞

第15回旭丘チャリティー募金活動



8/29(土)・30(日)9:00～18:00

ローソン引野町南店 駐車場内

皆さまの温かいご支援をよろしくお願いいたします。
お預かりした募金は活動翌日に振込送金いたします。
募金にご協力いただいた方には、かき氷・綿菓子をプレゼント！



「福山シティFC」選手が8月29日(土)午後、来訪の予定です！

＜旭丘学区まちづくり推進事業＞

散乱ごみゼロ活動(ごみゼロ)

8月23日(日)

9:30～

刈ってある草やごみ等を収集しながら

各町内⇒旭丘第1公園

暑い中ではありますが、地域の皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。



清掃活動後、旭丘第1公園で
ビンゴゲームを行います。

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～

●と き 9月3日(木) 10:00～12:00 13:30～15:30
(※いずれの時間も内容は同じ)

●ところ 東部市民センター

●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。)

フレイルに早めに気づいて
予防しましょう！



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。

他の日程や会場は
こちらから↓



「フレイル予防ローラ」

＜申込先＞ 健康推進課(8/17から受付)

電話：084-928-3421



ご長寿お祝い訪問のご案内

「敬老の日」にご長寿をお祝いし、記念品をお渡しする「ご長寿お祝い訪問」をおこないます。

- 訪問日 **9月19日(土)**
10:00~12:00
- 対象者 **77歳以上**
(1950年4月1日以前生まれ)



移動図書館

「のぞみ号」がやってきます



- と き 8月28日(金)
14:10~14:40
9月29日(火)
14:10~14:40
- ところ ゆめみが丘第2公園

☆1人15冊まで借りられます。

☆予約・リクエスト・その他は

福山市中央図書館

☎932-7222(移動図書館担当まで)

お忘れ物はありませんか？

交流館にお忘れ物はありませんか？

夏のこの時期、水筒やうちわの忘れ物が増えています。

傘の忘れ物なども複数ありますので、お心当たりのある方は交流館までお越しください。

※3か月間保管した後、持ち主がわからなかった場合は処分させていただきます。



・講座報告・

【社会教育活動事業】

地域で応援!!『旭丘っ子』ひろば みんなで学ぶ自転車安全教室



7月11日に「備後しまなみeNShare(エンシェア)」の方々を講師に迎え講座を開催しました。

青きっぷ制度の説明や、ヘルメットの着用方法や重要性、自転車の乗り降りは必ず左側からなど、自転車の安全な乗り方を学習しました。

「くらし・ナビ!NEXT」 【社会教育活動事業】

～学びで広がる、これからの暮らし～

やさしい太極拳で健康づくり



6月25日開催。太極拳が初めての方でも楽しく体を動かしながら、健康づくりとリフレッシュの時間を過ごせました。

「くらし・ナビ!NEXT」 【社会教育活動事業】

～学びで広がる、これからの暮らし～

歩くことが難しいと感じたその時のために

～介護保険制度についてちょっと学んでみませんか～



6月10日、「もしもの時にどうする?」という不安を少しでも安心に変えられるように、介護保険で受けられるサービスや利用方法などについて学習しました。