

ふじ え こう りゅう かん

藤江交流館だより

発行日 2026年(令和8年)8月1日

☎ 084-935-7401

✉ fujie-krk@city.

fukuyama.hiroshima.jp



藤江交流館ホームページや藤江交流館だよりをカラーで見ることができます。

講座のお知らせ ◆ 社会教育活動事業 ◆

眠りの質を変える！快適な睡眠習慣の作り方

と き 9月17日(木)

13:30～15:00

ところ 藤江交流館 2階大会議室

講 師 いのうえ かおり
井上 香織 さん

株式会社ブプレひまわり 栄養士

持ってくるもの ＊水分補給用の飲み物
＊筆記用具

申込締切 9月14日(月)

申込先 藤江交流館
問合せ先 ☎ (084) 935-7401

「寝ているのに疲れがとれない」「夜中に目が覚める」などの悩みを改善。睡眠のメカニズムや、今日からできる睡眠改善のコツを学び、良質な眠りに導きます。

講座にプラスして、今回は血流測定をしていただきます。

<https://forms.gle/Ai786scZLSwddGnB>申込みはこちらからもできます
おうちのスマートフォンやタブレットなどで読み込んでください。

主 催 藤江交流館

2026年度(令和8年度) 交流館運営委員の紹介

役員名	名 前	役員名	名 前
委員長	増田 博	委員	作田 比佐子
副委員長	杉原 宗博	〃	河野 孝好
委員	神原 一雄	〃	上杉 真司
〃	北川 登良夫	〃	中居 昌樹
〃	杉原 安幸	〃	飯泉 晴美

敬称略

7月17日(金)に、今年度の藤江交流館運営委員会を開催しました。
任期は2027年3月31日までです。よろしくお願いいたします。

～ 守ろうよ 人の命と人権を ～

うら面もご覧ください



イルミネーション in ふじえ 2026



2022年から始まり、藤江町の一大イベントとなっている「イルミネーション in ふじえ」も、今年で5回目となりました。今回も出展者・出展団体を募集します。節目になるこの年、ご家庭などに眠っているイルミネーションライト（LED）などを使って、飾りつけをしてみませんか。

* イルミネーションに関する器具・グッズ（野外用）は持ち込みで、飾りつけは各個人・団体でお願いいたします。

* 飾りつけをする場所（高さ2m×横2m）と電源は、提供いたします。

日 程：2026年12月12日（土）～12月24日（木）
及び 12月31日（木）《予定》

場 所：藤江交流館横グラウンド 指定場所

準 備：2026年11月7日（土）～

申込み：2026年9月30日（水）までに藤江交流館に提出
～申込用紙は交流館にあります～

主 催：藤江学区まちづくり推進委員会
藤江学区イルミネーション実行委員会

問合せ：藤江交流館内事務局

☎(084)935-7401



シニア食生活改善教室

フレイル予防の料理教室

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】 9月15日（火） 10時00分～

『楽しく腸活！』

いきいきと暮らすためのヒント！ ～ 必見！便秘予防編 ～

※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】 藤江交流館 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

【申込み先】 (084) 935-7401 ※締め切りは、実施日の1週間前まで

※参加費は無料です。

※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、体調不良がある場合の参加はご遠慮ください。