

第44号

かなべ 交流館だより

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

発行 神辺交流館
福山市神辺町川南
3088-1
(TEL 963-4050)



生き生きライフセミナー

歴史講座 「神辺城周辺の臨時の城郭について」

と き 10月1日（木）
13:30～15:00
ところ 神辺交流館
講 師 備陽史探訪の会 中世史部会部会長
杉本 憲宏さん
定 員 20人（申込みが必要です）
対 象 どなたでも
申込み 神辺交流館 ☎963-4050

近年公開された微地形図から全国で
新たな城郭が多く発見されている。
ここ福山でも数ヶ所確認されているが、
今回は神辺城周辺についてお話しします。

【社会教育活動事業】

神辺学区「すこやか敬老会」のご案内

祝 ご長寿おめでとうございます

次の日程で「すこやか敬老会」を開催します。
申込みされた方は、忘れずにご参加ください。

★と き 9月10日（木）
9月17日（木）
9月24日（木） } 10:30～14:00
(受付 10:00～)
★ところ 神辺交流館 集会室
★問合せ 神辺学区敬老会実行委員会 ☎963-4050



8月8日（土）第54回神辺学区盆踊り大会
を開催しました。ご参加いただいた皆さま、
お力添えをいただいた皆さま、ありがとうございました。



お知らせ 8月1日から路線バスの北部循環線が運行しています。ご利用ください。

2026年**8月1日(土)**から
路線バスの
北部循環線
が始まります。

9月30日まで
運賃無料

※10月からは**有料**で
運行を継続します。




お問い合わせ (事業について) バス共創プラットフォーム事務局(福山市都市交通課) TEL084-928-1161
(運行について) 中国バス・井笠バス TEL084-953-5391

神辺の語りべ2026

「ドルフィン・マークは信頼と誇りの証」

と き 9月26日(土)
19:00~20:00

ところ カフェあんじん
講 師 橋田 典幸さん
元海上自衛隊 潜水隊群主席幕僚
道上学区 元町内会長

定 員 30人
参加費 550円(ワンドリンク代金)
申込み ☎966-3130

第40回

「かなべ福祉まつり」のご案内

と き 9月27日(日) 9:30~15:00
ところ 福山市神辺文化会館
内 容 【大ホール(招待の部)】
【小ホール他】

◇体力診断・骨密度等の測定
◇健康・介護等の相談
◇福祉施設・団体の展示
◇ふれあいポスターの展示 など

【屋外(テント村)他】

問合せ 社会福祉法人福山市社会福祉協議会
神辺事務所 ☎963-3366

神辺学区まちづくり推進委員会 健康増進事業

フレイルチェック『基本5項目』を受けませんか!

◆と き 10月2日(金) 13:00~
◆ところ 神辺交流館
◆内 容 フレイルチェック(基本5項目)

- ① 体重減少: 体の筋肉量低下を表すサインで「体組成計」で筋肉量を測定します。
 - ② 疲れやすさ: 体力や筋力の低下と気力の衰えを示すサインで、質問票で判定します。
 - ③ 活動量の低下: 毎日の運動や家事、散歩といった身体活動の低下を質問票で判定します。
 - ④ 歩行速度低下: 筋肉や心肺機能の低下などによる歩行機能の低下を測定します。
 - ⑤ 握力測定: 握力の低下は手の力だけでなく全身の筋力の指標として測定します。
- ★追加で「滑舌(パタカ)測定」で口や下の筋肉の動きを測定します。

神辺交流館で毎週金曜日13:00からの「サロンかなべ」では、みんなで楽しく健康増進活動やフレイル予防活動を行っています。興味のある方は参加してみてください。

「助け合い 人と人をつなぐ糸」