

交流館だより

No.208

2026年(令和8年)8月1日
発行

神村交流館
福山市神村町 3257-3
電話 084-933-2913

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

かむら



はじまります!



まちづくり懇談会

今年度の「まちづくり懇談会」は、**8月17日(月)から8月21日(金)の5日間**とし、「神村交流館」「神村コミュニティセンター」「9区松本クラブ」の3か所で開催します。

「人権文化が根づいた明るく住みよい地域社会を築く」をテーマに掲げ、学区内すべての自治会を対象とします。開催日を限定し、各自治会別に5人～20人の参加をお願いしています。開催時間は、昨年同様に**19時から20時30分までの90分を予定しています。**

懇談会では、まちづくり推進委員会や各民主団体の活動を中心とした情報連絡、話題提供をしていただき、今日的課題について事例紹介などで分かりやすくお話しします。今年は「大切な人」のビデオ鑑賞をします。

学区の皆さんが協力し、支えあいながら「人にやさしいまち」、「住みよいまち」、「誰もが安心して暮らせるまち」、「お互いの人権を尊重できるまち」にしていけるよう、この懇談会を有意義なものにしていきましょう。



「まちづくり懇談会」日程表



月日	曜日	開催時間	開催会場	参加自治会
8月17日	月	19:00～20:30	神村交流館	6区・7区・12区
8月18日	火	19:00～20:30	9区松本クラブ	9区東・9区西・宮前
8月19日	水	19:00～20:30	神村コミュニティセンター	1区・2区・3区・県営
8月20日	木	19:00～20:30	神村交流館	4区・5区・11区・13区・14区
8月21日	金	19:00～20:30	神村交流館	GH・10区

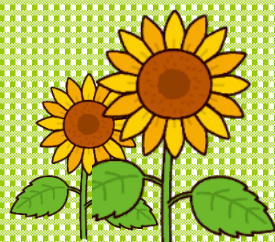
※台風・大雨等により警報等が発令された場合は、延期します。

この日程は、各自治会の希望に沿って決定しました。参加を希望される方は、各自治会の会長さんにご連絡ください。飛び入り参加大歓迎です!!

社会教育活動事業



第2回 元気はつらつセミナーのご報告



7月28日（火）に、「嚥下・誤嚥対策の料理教室」を参加者9人で開催しました。管理栄養士の樫野和子さんを講師に迎え「いつまでもしっかり噛んでおいしく食べよう！」をテーマに、口腔機能を維持するための食事の工夫や誤嚥予防について学びました。「ゴロツかみかみつくね・すりながしとろっとすーぷ・かみかみサラダ・ミルクあんジュレ・ごはん」を作りました。

とっても簡単に、噛む事を意識できる料理ができました。アレンジ方法も教えてもらい、今日から実践できるねと盛り上がりしました。

いつまでも美味しく食べられるように、日頃からよく噛んで舌や口まわりの筋肉を鍛えましょう！おしゃべりも筋肉を鍛えるので大切です♡



第3回 元気はつらつセミナーのご報告



7月29日（水）ププレひまわりさんによる「お口の健康を考えよう！嚥下・むせ対策入門」を開催しました。管理栄養士の井上香織さんをお迎えし、お話をききました。まず、血流測定・血圧測定をしていただき、基準値と説明をしていただきました。食事をするときの姿勢や、食べ方のお話など日頃からできる食事の工夫、自分でできるお口の運動、唾液腺マッサージの実践など健康な口を維持するためのお話をききました。

講演後には、個別の相談にも応じていただいて、皆さん心配ごとがすこしでもなくなったかと思います。

年齢を重ねる事でおこってくる身体の変化にも対応しながら、健康で楽しく生活していきたいと思いました。



こうじ
糀で腸活！発酵料理

しおこうじ

塩糀を作ってみよう！

こうじ
糀について学び、各自で「塩糀」を作り、持ち帰ります。
発酵調味料を使った料理を教えてもらい、みんなで試食しましょう♪

- [と き] 8月25日(火) 9:30~12:00
- [ところ] 神村交流館 1F 実習室
- [講師] 虫明 房枝さん (発酵料理教室 Tokibaco)
- [定 員] 15人
- [材料費] 2,000円(持ち帰り容器含む)
- [持ち物] エプロン・マスク・三角巾・布巾・手拭きタオル・筆記用具

メニュー

- ・サムゲタン
- ・おからサラダ
- ・枝豆ごはん
- ・塩糀の漬物

木の香りを楽しむ かんなくずアート体験

天然木のかんなくずを使って、吊り下げて飾れるインテリア作品を作ります。

木の香りを感じながら、薄く削られたかんなくずを一枚ずつ重ねて形にしていきます。完成した作品は花材やリボンを添えて仕上げ、お部屋に飾ってお楽しみいただけます。ふんわりと広がる木の香りをお楽しみください。初心者の方もお気軽にご参加いただけます。

- [と き] 9月7日(月) 13:30~15:00
- [ところ] 神村交流館 1F 実習室
- [講師] ぼうの りえ さん (RIBO*eno)
- [定 員] 15人
- [材料費] 2,000円(2作品作れます)



絵心がなくても大丈夫！

SNSで話題の「テクスチャーアート」をつくってみよう！

アクリル絵の具と特殊なペーストを使って、キャンバスに立体的な凸凹を描く抽象画です。直感のままナイフを動かすだけなので、絵が苦手な方でも驚くほどおしゃれなアートが完成します。日常を忘れてモノ作りに没頭する、心地よい時間を一緒に過ごしてみませんか？

- [と き] 9月2日(水) 13:30~14:30
- [ところ] 神村交流館 1F 実習室
- [講師] 松本 可奈 さん
- [定 員] 10人
- [材料費] 1,000円(10cm角のキャンパス2つ)



[日 時] 9月19日(土)

午前の部 10:00～(先着50人)

午後の部 13:30～(先着50人)

(上映時間 93分)

認知症を患った父と、その父を支え続ける息子の絆を描いた感動作です。家族の絆や「今を大切に生きる事」の尊さを優しく描いた、見終わった後に温かい気持ちになれる作品です。(出演：寺尾聡 松坂桃李)

交流館シアターで一緒に鑑賞しませんか？

[申し込み先:]

神村交流館 084-933-2913]



さわやか会で活動されている松浦 泉さん(9区・写真左)と濱島 恵美子さん(10区・写真右)は、福山市運動推進員として30年にわたり、地域の健康づくりに尽力され、この度表彰されました。長年にわたる活動への思いを何うと「これからも元気に体操を続けていきたいです!」と笑顔で話してくださいました。今後のますますのご活躍をお祈りしています。



神村まちづくりサポーターに登録しませんか？

神村学区で開催するイベントや交流館行事を一緒に参加ご協力いただける方に登録をお願いしています。

- * 神村学区在住の方で 年齢・性別等は問いません。
- * 楽しいまちづくり活動に 関心・興味のある方。
- * 参加を強制するものではありません。

登録後は「LINE オープンチャット」でイベント・活動・教室の案内をしますので ご自身で選択して参加希望連絡ください。

各々の詳細内容もこの「LINE オープンチャット」で連絡します。

こちらのQRを読み込んでオープンチャットへお入りください。プロフィールは本名(フルネーム)で参加してください。

