



山南交流館だより

発行 福山市山南交流館
福山市沼隈町中山南 7479 番地
電話 084-988-1981
(月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:15)
sanna-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



9 月行事予定

(ま)まちづくり事業(サ)サークル活動(交)交流館事業(市)福山市事業

1 日(火)	(サ)椿(3B 体操)	10:00～
2 日(水)	(サ)さんなカナリヤコーラス	10:00～
	ふれあいカフェさんな	10:00～
	(サ)ぶどうサークル(気功)	13:00～
	(サ)編み物	13:30～
5 日(土)	(交)住民学習会 (岡田・清神住宅・上森迫)	10:00～
7 日(月)	(サ)さなえ会(民謡)	10:00～
8 日(火)	(サ)椿(3B 体操)	10:00～
	(ま)第 5 回健康体操	13:30～
9 日(水)	(サ)さんなカナリヤコーラス	10:00～
	ふれあいカフェさんな	10:00～
10 日(木)	(市)第 2 回シニア食生活改善教室	10:00～
12 日(土)	(交)住民学習会 (水落・横倉・下森迫)	10:00～
	(沼隈病院)予防医学講座(和室)	11:15～
	(動脈硬化症～脳血管疾患を中心に)	
14 日(月)	(ま)第 5 回まちづくり運営委員会	20:00～
15 日(火)	(サ)椿(3B 体操)	10:00～
16 日(水)	(サ)さんなカナリヤコーラス	10:00～
	ふれあいカフェさんな	10:00～
	(サ)ぶどうサークル(気功)	13:00～
19 日(土)	(サ)スイートピー(フラワーアレンジメント)	10:00～
21 日(月)	(サ)さなえ会(民謡)	13:00～
23 日(水)	(サ)さんなカナリヤコーラス	10:00～
26 日(土)	(交)住民学習会 (菅田・八日谷・檜隈)	10:00～
	(沼隈病院)予防医学講座(和室)	11:15～
	(動脈硬化症～脳血管疾患を中心に)	
29 日(火)	(サ)椿(3B 体操)	10:00～
30 日(水)	ふれあいカフェさんな	10:00～
	(サ)ぶどうサークル(気功)	13:00～

10 月行事予定

(交)交流館事業(サ)サークル活動

6 日(火)	(サ)椿(3B 体操)	10:00～
7 日(水)	(サ)さんなカナリヤコーラス	10:00～
	ふれあいカフェさんな	10:00～
	(サ)編み物	13:30～
10 日(土)	(沼隈病院)予防医学講座(視聴覚室) (動脈硬化症～脳血管疾患を中心に)	11:15～
13 日(火)	(サ)椿(3B 体操)	10:00～
	(ま)第 6 回まちづくり運営委員会	19:30～
14 日(水)	(サ)さんなカナリヤコーラス	10:00～
	ふれあいカフェさんな	10:00～
16 日(金)	(交)第 1 回終活講座	13:30～
17 日(土)	(サ)スイートピー(フラワーアレンジメント)	10:00～
20 日(火)	(サ)椿(3B 体操)	10:00～
21 日(水)	(サ)さんなカナリヤコーラス	10:00～
	ふれあいカフェさんな	10:00～
23 日(金)	(交)第 2 回終活講座	13:30～
24 日(土)	(沼隈病院)予防医学講座(視聴覚室) (動脈硬化症～脳血管疾患を中心に)	11:15～
27 日(火)	(サ)椿(3B 体操)	10:00～
28 日(水)	(サ)さんなカナリヤコーラス	10:00～
	ふれあいカフェさんな	10:00～

2026 年度(令和 8 年度)市税納期限

- 市・県民税(普通徴収) 3 期 11 月 2 日(月)
国民健康保険税 3 期 11 月 2 日(月)
詳しくは福山市ホームページへ 福山市 納税課 保険年金課
<https://www.city.fukuyama.hiroshima.jp>

企画

社会教育活動事業

「終活講座」

☎988-1981
(山南交流館)

今年度 8 月から 65 歳以上のひとに「福山市版エンディングノート」の配布が始まりました。これからの人生をより豊かに自分らしく生きるため、家族や自分の安心につなげるため「終活講座(2 回連続)」を企画しました。

全体テーマは「今日から始めるエンディングノート～福山市版エンディングノートを書いてみよう～」です。

■日 時: 10 月 16 日(金) 13:30～「1 回目 墓じまいや葬儀どうする？」
10 月 23 日(金) 13:30～

「2 回目 不動産相続と遺品整理あれこれ」

■場 所: 山南交流館 視聴覚室 ■無料 ■定 員: 30 人(要申込)

■講 師: 赤川 直美さん

(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)

※9 月 15 日にチラシを回覧しますので、申込受付は 15 日以降とさせていただきます。

主催: 山南交流館

第 5 回 健康体操(毎月 1 回)

☎988-1981
(山南交流館)

■いつまでも若々しく健康でありたい！

筋力アップ体操！多くの皆さまのご参加をお待ちしています。

■日 時: 9 月 8 日(火) 13:30～

■場 所: 山南交流館 視聴覚室

★申込は不要です。

主 催: 山南学区まちづくり事業(福祉を高める会)



フレイル予防の料理教室

～講義・デモンストレーション～

☎988-1981
(山南交流館)

■「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～」

■日 時: 9 月 10 日(木) 10:00～

■場 所: 山南交流館

■持参品: 筆記用具

■食生活改善推進員による講義と調理デモンストレーションを行います。
試食もあります。

※楽しく食生活のポイントについて、学びましょう。

※申込締切は開催日の一週間前までです。

「2026 年度 住民学習会」

☎988-1981
(山南交流館)

～「H(避難所)U(運営)G(ゲーム)」～

大規模災害時に避難所を利用する側ではなく避難所を運営する側の視点でゲーム(いろいろな事情を抱えた避難者を受け入れる)を通して話し合いを行います。どなたでも参加していただけます。一緒に学習しましょう。

■日 時:

9 月 5 日(土) 10:00～岡田・清神住宅・上森迫

9 月 12 日(土) 10:00～水落・横倉・下森迫

9 月 26 日(土) 10:00～菅田・八日谷・檜隈

■場 所: 山南交流館 視聴覚室

主 催: 山南交流館

「2026 年度 敬老行事」

☎988-1981
(山南交流館)

ご長寿、おめでとうございます。

敬老対象者: (1950 年(昭和 25 年)4 月 1 日以前に生まれた人)

★学区最高齢者 ★100 歳 ★90 歳 ★80 歳の方には福山市から記念品が届きます。

※9 月から 11 月の間、各自治会単位でそれぞれの内容で対象者にお祝いします。

「第24回山南夏祭り」



■8月1日(土) 山南小学校 グラウンド

お天気に恵まれた中「第24回山南夏祭り」が開催されました。

保育園児の可愛い太鼓や踊りにほっこりし、小学5年生の7年ぶりの「はね踊り」には感激し、ダンスクラブのダンスは素晴らしく、消防団山南分団初のパフォーマンスはかっこよく、特別企画(さんな知っとる?検定・第2回山南学区一じゃんけん大会・ぬまくまぶどうのひと房粒あてクイズ)にもたくさんの方の参加がありました。福山交通安全協会山南支部は、疑似飲酒体験と輪投げで盛り上がり、こども用の消防服を着て消防自動車に乗って写真が撮れるコーナーも人気でした。

準備・片付け・交通整理・運営とそれぞれのスタッフのみなさま、炎天下の中、ありがとうございました。

📷フォトショット📷



7年ぶり!「はね踊り」

出演者も

観客も

みんな

わいわい

大いに盛り上がったね!

特別企画 ぶどうの粒あてクイズ



パフォーマンス(山南分団)



●●●済美校区人権問題講演会●●●

障がい者と共に 生きる社会のために 私たちにできること



よこふた まこと
横藤田 誠さん

福山市芦田町生まれ。
生後7か月のときに脊髄性小児
麻痺(ポリオ)を発症。「不利な
立場にある人々の人権」をテーマに研究をされています。

2022年まで広島大学法学部で憲法を担当。現在、広島大学名誉教授。

また、基本的人権の尊重を謳った日本国憲法の精神および、障害者差別解消法の理解を求め講演活動などをされています。

と き 10月3日(土)14時～

ところ 瀬戸コミュニティセンター

●入場無料/手話通訳・要約筆記あります。

●主 催 瀬戸地域民主化推進協議会/津之郷学区人権学習推進協議会
/赤坂学区人権学習推進協議会/瀬戸交流館/津之郷交流館
/赤坂交流館/瀬戸コミュニティセンター/南部地域振興課

●問合せ 南部地域振興課

☎084-980-7713/Fax 084-987-2382



檜隈自治会サロン事業取材しました

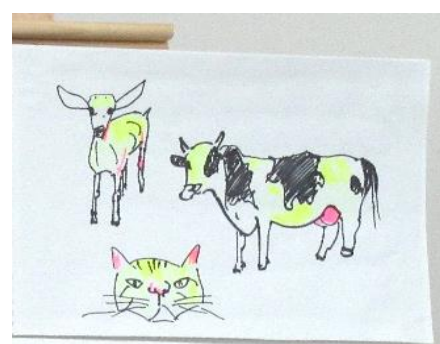
■8月23日(日)檜隈集会所

手話(日常のあいさつ・笑うなど)・「だるま落とし」・「クイズ」などバラエティ豊かでした。とくに「だるま落とし」は2ゲームで得点を競いました。悲鳴あり、爆笑ありの楽しい時間でした。



ご利用
待ってます!!

どこを狙うか
だるま落とし



クイズで使用された
イラスト
(M.M作 うまい!)

移動図書館 のぞみ号

932-7222
(移動図書館)

■日 時:9月16日(水)14:15~14:45

■場 所:山南交流館前、一人15冊まで借りられます。

★10月は20日(火)です。

お知らせ

「だるま落とし」は柔らかい素材です。

山南学区単位自治会でのサロン事業やイベントなどにぜひ活用してください。

貸出予約は山南交流館までご連絡ください。

(問合せ: 988-1981)