



ありま交流館だより

10月

《発行》 有磨交流館 福山市芦田町上有地 123-3 ☎ 958-3849

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



こちらの2次元コードを読み取ると有磨交流館のホームページがご覧いただけます！

ふれあい秋祭り

主催:有磨学区まちづくり推進委員会
共催:有磨交流館運営委員会日時: 2026年 10月24日(土)
10時~15時【悪天候の場合
25日(日)に順延】

場所: 有磨交流館

出店(売り切れ次第終了)



- ★うどん★焼きそば★カレーライス★焼き鳥・ビール
- ★山菜おこわ★ジュース★フライドポテトなど
- ★ストラックアウトゲーム★だるま落とし
- ★スーパーボールすくい
- ★お茶席: 有磨小茶道部&女性協議会



作品展(15時終了)



交流館活動サークル&一般作品

- ・生花・パッチワーク・エコクラフト
- ・手芸・絵画
- ・有磨小学校児童の作品など



人権パネル展

テーマ・「土砂災害について」

- ・無意識の思い込み発見かるた

全国大会にも出場！

「しまなみ天風連」(19名)による

阿波踊り披露

11時~

ミニ阿波踊り教室もあるよ♪

みんな来てね
待ってるよ♪

※小学生未満のお子さまには、保護者をご同伴ください。

お問合せ 有磨交流館 ☎ 958-3849

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 11月9日(月) 13:30～15:30
- ところ 新市コミュニティセンター
- 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 屋内シューズ、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

<申込先> 健康推進課(10/15から受付)

電話: 084-928-3421

他の日程や会場は
こちらから↓



《フレイルって?》

フレイルは加齢によって心身が衰えた状態のことで、健康な状態と要介護状態の中間の位置にある状態のことです。



社会教育活動事業の報告

「親子で楽しむリトミック」

9月11日(金)有磨保育所で講師を招き、有磨保育所のこどもたち、先生、未就園児の親子…総勢28人でリトミックを行いました。

リトミックとは音楽を楽しみながら身体を動かすことで、こどもの豊かな感性や基礎能力を育む教育法です。

軽やかなBGMにのってウォーミングアップ。ストレッチから始まり…♪大きなたいこ小さなたいこ♪大きな栗の木の下で♪アイアイなどの曲に合わせてみんなで手をつないだりしてダンス!

最後は決めポーズでニコリ笑顔(*~*)楽しい時間を過ごしました。



スポーツの日 10月12日(月)

10月の第2月曜日は「スポーツの日」です。2000年から、それまで10月10日だった「体育の日」が10月の第2月曜日になり2020年からは名称が「スポーツの日」と変更されました。

1964年のオリンピック東京大会を記念して開会式のあった10月10日を「体育の日」としていましたが、週末と祝日を合わせて連休を増やそうという「ハッピーマンデー法」の制度で10月第2月曜日となりました。

その後2020年に開催予定だった東京オリンピック・パラリンピックにあわせて、「体育」から世界的に広く使われている「スポーツ」という言葉に変えられ、「スポーツの日」となりました。

秋空のもと、ぜひスポーツを楽しんでみてください。



知ってる?二十四節気

10月の節目の暦は

寒露(かんろ) 10月8日… 草花に宿る露が冷たく感じられるようになる、秋が一段と深まる頃。

霜降(そうこう) 10月23日… 朝露が霜になって降り始める頃。紅葉が美しい時期。

