9月

走島交流館だより

Web 版は
こちらから

発　　行
走島交流館
福山市走島町５８
☎９８４－２５５０
Mail: hashirijima-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



暦の上では秋となりましたが、まだまだ残暑が続いています。
夏の疲れが出やすい時期ですどうぞお身体を大切にお過ごし下さい。　　走島交流館職員一同

≪社会教育活動事業≫



笑いヨガで心も体も元気になろう‼

日時：10/14（水）13:30～
場所：ふれあいプラザ
講師：生関　くみさん
（福山市男女共同参画推進委員）

笑いヨガは、笑いの体操と呼吸法を組み合わせた誰でもできる健康体操です。
たくさん笑って、日頃のストレスも発散し、心と身体をリフレッシュしましょう。



≪社会教育活動事業≫



音楽で認知症予防　♪
～音楽を楽しみながら脳のトレーニング～

日時：10/27（火）13:30～
場所：走島交流館　大会議室
講師：木村　美津子さん
（日本音楽療法学会認定音楽療法士）

音楽は心を癒し、心身を活性化してくれます。大脳を活性化し認知症予防にもなります。




令和8年9月21日(月)～9月30日(水)
秋の全国交通安全運動

歩行者



歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進

自動車



夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶

自転車



自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底

気づきから　はじまる　つながりの輪

敬老の日

祝

訪問のご案内

敬老 ご長寿おめでとうございます！



～9月21日（月・祝）は、敬老の日です～

これまでのご活躍に対し感謝の気持ちと敬意を表するとともに、ご長寿をお祝いし、走島町から対象者の皆様に記念品をお配りすることで、敬老会行事とさせて頂きます。

今年度の走島町対象者77歳以上（昭和25年4月１日以前に生まれた人）は、男性64人、女性119人、合計183人です。

※80歳・90歳・100歳・最高齢者の皆様には、「特別記念品」が福山市から郵送、贈呈されます。

一般記念品は、見守り活動を兼ねて配布します。楽しみにお待ちください。

今後のご健康とご多幸をお祈りいたします。

●●●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



横藤田（よこふじた） 誠（まこと） 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

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～

他の日程や会場はこちらから↓

●と　き　**10月9日（金）** 13:30～15:30
（※いずれの時間も内容は同じ）
●ところ　**鞆交流館**
●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　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。）

<申込先> 健康推進課（9/15から受付）
電話：084-928-3421

回数制限をなくし、**5回目以降の方**も参加していただけるようになりました。

「フレイル予防ロータ」

あなたの『得意！』発揮してみませんか

例えば、お菓子作り・パン作り・漬物作り・郷土料理・手芸・ヨガなど…

地域在住の方で「みんなに教えてあげたいなぁ…」「ちょっと上手につくれるよ！」と日頃思われているあなた‼

是非とも走島交流館へご連絡ください。

認め合おう　みんな違って　あたりまえ