2023年（令和５年）　10月発行　第171号

しんいちコミュニティセンターだより

発 行　新市交流館　新市コミュニティセンター
福山市新市町新市 1022　TEL0847-52-5541
shinichi-community@city.fukuyama.hiroshima.jp

回覧

おやこサロンのご案内

おはなしあそび

<日　時>　11月9日（木）10:00～11:30
<対　象>　未就学児とその保護者
<内　容>　おはなしあそび・育児相談
<講　師>　黒木　節子　さん
<持ち物>　飲み物

おもちゃびょういん・新市

<日　時>　11月9日（木）9:30～11:00
<内　容>　・壊れたおもちゃをなおします
・治療費は無料です
（別途交換部品代がいります）

北部市民フェスティバル2023

～新市町ってどんなところ？おとなも子どもも楽しめるフェスティバル～

《と　き》　11月5日（日）10時～15時
※雨天の場合でも一部変更して実施いたします

《ところ》
メインイベント会場：　新市交流館　新市コミュニティセンター
（福山市新市町新市 1022）
展示会場：　新市交流館（福山市新市町新市 820-3）
ドローン体験：　新市小学校体育館　※スタート 10：30～
（福山市新市町新市 852）
駐車場：新市支所・新市小学校　ほか

《オープニング》１０時～
「YOSAKOI 踊り（備後しんいち踊り隊）」

《イベント》おばけやしき，かんたん工作，おもちゃびょういん　など
《展　　示》各学区・地域の協働のまちづくり活動，交流館活動
人権啓発，福山ブランド紹介　など
《模 擬 店》カレー，手打ちそば，野菜の販売，ポップコーン，
わたがし体験 ほか
《ドローン体験》室内でのドローン体験会「おかし釣り」※体験料５００円
★定員：２０組　※先着順（要申込）
★申込開始：１０月２０日（金）９：００～
【申込方法】電話で北部地域振興課（０８４－９７６－９４６０）まで

主　催：北部市民フェスティバル実行委員会
問合せ：〈事務局〉北部地域振興課　TEL（084）976-9460

サロン つむぎ 11月

どなたでも参加できる集いの場です。
ぜひ，参加してください。

11/7（火） 10:00～12:30

たんぱく質 増し増しメニューで フレイル予防

＜講　師＞ 蔵本　博美　さん（地域活動栄養士）
＜定　員＞ ８人　※定員になり次第，受付終了
＜持ち物＞ 材料費　400円・米（半合）・手ふきタオル
マスク・エプロン・三角巾
※水を使います。滑りにくい靴できてください。

- 塩こんぶのチーズつくね焼き・ごはん
- じゃがいものとろとろかき卵スープ・ミルクココア寒天

11/14（火） 10:00～11:30

楽ラクたいそう

無理のないペースで，
楽しみながら体を動かしています。

＜講　師＞ 青木　正子さん
＜内　容＞ 簡単なストレッチ体操など
＜持ち物＞ 動きやすい服装・飲み物・タオル

11/21（火） 10:00～11:30

絵手紙づくり

＜講　師＞ 井上　聖文　さん
＜持ち物＞ 材料費　100円
＜定　員＞ ８人（先着順）

申し込みは10月16日から受け付けます。
ただし，10/17の「絵手紙づくり」に参加された方は
11月1日から受け付けとなります。

11/28（火） 10:00～11:30

健康たいそう

肩こり・腰痛などを改善する体操です

＜講　師＞ 池田　由美　さん
（全米NSCA認定トレーナー）
＜内　容＞ 簡単なストレッチ体操など
＜持ち物＞ バスタオル１枚・フェイスタオル１枚
動きやすい服装・飲み物

フレイルチェック会

- ●とき　**11月2日（木）** 10:00～12:00　13:30～15:30
- ●ところ　新市交流館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（予約が必要です）
- ●持参物　**上履き**，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。）屋内シューズ

＜申込先＞ 健康推進課（10/16から受付）
電話：084-928-3421

問い合せ
申し込み先
新市交流館 新市コミュニティセンター
☎（0847）52－5541