

広報 ひよしだい

発行 日吉台交流館 福山市日吉台一丁目16-27 ☎943-4054

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



—社会教育活動事業—

<第4・5回> つれのうてNIGHT

とき 7月6日(木)・20日(木)

19:00～20:30

(8月の第1, 3木曜日も行います)

ところ 日吉台交流館 会議室

持参物 飲み物

仕事帰りにたわいもないおしゃべりをしたい。

無性に誰かと話したい。地域の人とつながりをもちたい。

そんな夜にふらっとお立ち寄りください。



<第6回> 歴史講座 (2)

日吉台音頭を踊ってみよう

とき 7月21日(金) 13:30～15:00

ところ 日吉台交流館 会議室

講師 早川 好香さん

持参物 飲み物, タオル, 室内履き, 動きやすい服装

定員 30人



<第7回> 夏の子ども教室

まちバス対象事業

～ピザを作ろう!～

とき 7月22日(土) 10:00～12:00

ところ 日吉台交流館 実習室

持参物 エプロン, マスク, 三角巾
お手ふき, 飲み物

定員 15人

材料費 500円

申込締切 7月20日(木)

まちづくりパスポート(まちバス)を持っている人は、持ってきてください。

教室に参加希望の人で、アレルギーのある人は申し込みの時に教えてください。

講座の申し込み・問い合わせは… 日吉台交流館 ☎943-4054

～ 税金は 住みよいくらしの 第一歩 ～

フレイルチェック会

フレイルチェック会では、運動や口腔機能などに関する質問票への回答や手足の筋肉量などの測定を行い、フレイルの状態（加齢に伴い筋力や心身の活力が低下すること）を確認します。

と き 6月23日（金）10：00～12：00 13：30～15：30
（※いずれの時間帯も内容は同じものです）

ところ 東部市民センター

対 象 おおむね65歳以上の市民

定 員 先着各15人（申し込みが必要です）

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

電話：084-928-3421

結果をタブレットで
分かりやすく表示



介護予防教室

楽しく身体を動かして、心身ともにリフレッシュしませんか？
興味がある方や効果的な運動方法を知りたい方はぜひ参加ください。



と き 6月27日（火）10：00～11：00

ところ 日吉台くらぶ（休園中の日吉台幼稚園）

持参物 飲み物、タオル、室内履き、動きやすい服装

内 容 100歳体操（福山市版）、口腔体操

※7月、8月、9月の第4火曜日10：00～11：00

日吉台交流館で行います。

問い合わせ先 福山市地域包括支援センター南蔵王

電話：084-940-1130

