

# てしろ交流館



## 4月の行事



## 広報

2024年(令和6年)4月1日 13号  
 手城交流館 Tel 084-931-4009  
 E-mail teshiro-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 自治連定例会 百歳体操	3	4	5	6 手城文庫
7	8	9 新入学 小学校入学式 百歳体操	10 幼稚園入園式 おもちゃサロン 女性会定例会	11 	12	13
				春の全国交通安全運動		
14	15 	16 百歳体操	17 交流館へ寄って みませんか	18	19	20
21	22	23 百歳体操	24	25	26	27
28	29	30 百歳体操は お休みです	31			

### 【5月の予定】

8日(水)ハッピーランド  
 15日(水)交流館へ寄ってみませんか  
 19日(日)手城学区グラウンドゴルフ大会  
 26日(日)てしろばら祭



# てしろばら祭

詳しくは5月の  
 交流館だよりで  
 ご案内いたしま〜す♪

## 5月26日(日) 手城交流館



2月に植え替えをして  
 元気に成長している  
 「ばら」たちを  
 見に来てね





# 4月の行事予定

## 入学・入園

### おめでとうございます!



手城小学校 新一年生 82人  
 手城幼稚園 新入園児 3人  
 (3月末現在)

10(水)

## おもちゃサロン

大型の遊具を使ったおもちゃ遊びや  
 更生保護女性会の皆さんの  
 楽しいよみきかせがあります♪  
 かわいいおみやげもあります\(^o^)/



時間 10:00~11:30 ごろ  
 場所 手城交流館 会議室  
 対象 乳幼児と保護者  
 -福祉を高める会-

17(水)

## 交流館へ寄ってみませんか

ミュージックケアワーカーの  
 阿藻恭子さんが来られます♪  
 音楽をとおして日常生活を  
 もっと豊かに!!  
 みんなでレッツミュージック♪



時間 10:00~11:00 ごろ  
 場所 手城交流館 会議室  
 対象 75歳以上のかた  
 -ボランティアの会-



## 3月の交流館のようす①

9(土)

## 交流館大掃除

### 大勢の皆様のご協力 ありがとうございました!!



34人の方が来てくださり  
 手城交流館はピカピカになりました!  
 手の届かないところもきれいになり  
 気持ちの良い新年度が迎えられます♪  
 みなさんありがとうございました!



\* 認め合おう みんな違って あたりまえ \*

# 3月の交流館のようす②

6(水)

## 交流館へ寄ってみませんか



福山記念病院から3人の講師の方に来ていただき  
フレイルチェックをしたり  
嚥下障害について学びました。  
普段しない「お口」の体操など  
有意義な時間を過ごしました♪



7(木)

## 老人クラブ・女性会 団体別学習会



『歌って笑ってストレスフリー!』



美しく素敵な4人組《ハッピーローズ》の  
みなさんの楽しいトークと歌♪  
みんなで歌ったり、思い切り  
笑ったりして、あっという間に  
時間が過ぎてしまいました!!



2024/03/07

たくさん笑うと  
免疫力もUP!!  
なんだか今日は  
良い夢見れそう♪

13(水)

## ハッピーランド



## 親子でふれあいリトミック♪



渡辺留美子さんを講師に  
お迎えし「リトミック」を  
体験しました♪  
とても楽しく元気いっぱい  
楽しみました!!



# 交通事故が多発しています!

危ない!!



反射たすきの必要な方は  
交流館におこしてくださいね。  
(数に限りがあります。)



信号が青になってから  
渡りましょう!!

手城学区で交通事故が多発しています。  
少し遠回りになっても横断歩道を渡りましょう。  
また、夜間外出する時は明るい色の服装や反射板の  
ついたタスキを着用するなどしましょう。

自分の命は自分で守ります!!

## 2024年度(令和6年度)受講生募集!

### 運動普及推進員 ・ 食生活改善推進員 養成講座

～一緒にしませんか みんなで健康づくりの活動～

#### ◆運動普及推進員

(とき) 7月～来年2月(月1回程度)全8回

(対象者) 20歳～おおむね74歳の市民

(ところ) 福山すこやかセンターなど



#### ◆食生活改善推進員

(とき) 6月～来年3月(月1回程度)全12回

(対象者) おおむね20歳～おおむね74歳の市民

(ところ) 福山すこやかセンターなど



※ともに、受講後、推進員として、基本はお住いの小学校区でボランティア活動ができる人

(問い合わせ・申込み先) [福山市健康推進課: TEL 084-928-3421](tel:084-928-3421)

ご本人が直接お申し込みください。

(申込み期間) 4月1日(月)～5月10日(金)

\*ゆとりある 老後の暮らしも 守る税\*