

堀ばた ねっと

安芸灘交流館 堀ばたホール
AKINADA-KOURYUKAN HORIBATA-HALL

第 255 号 2026年7月15日

発行 呉市豊まちづくりセンター
〒734-0301 呉市豊町大長5915-3
TEL. 0823-66-2111

開館時間 8:30 ~ 22:00
休館日 年末年始 (12月29日~1月3日)

短期講座 スイーツ教室!

フルーツポンチ (白玉入り)

手作りスイーツで涼しく夏を楽しみませんか

色とりどりのフルーツをうっわいっばいに盛り合わせ、アクセントに白玉を加えた夏にぴったりのスイーツ作りを楽しみましょう。
作り方にちょっとしたコツのいる白玉作りに挑戦したり、親子でフルーツの盛り方を楽しもう!
できあがりと味を思い浮かべながら、楽しいひとときをすごしてみませんか。

募集期間 8月3日(月)~8月24日(月) ※定員になり次第締め切ります。

日 時	8月30日(日)13:00~16:00
場 所	安芸灘交流館(豊まちづくりセンター) 調理室/多目的室
講 師	山本文香さん
対 象	年中以上 (小学3年生以下は保護者同伴)
定 員	8組
参加費	1,000円 (受講料400円+材料費600円として)
持参物	・エプロン ・三角巾 ・手拭きタオル ・水筒 ・保存容器

申込方法 安芸灘交流館(豊まちづくりセンター) 事務室 (TEL.0823-66-2111) まで

- ・申込は直接窓口で対応、又は電話で確認を。
- ・参加費は、当日お支払いください。
- ・申込者が少ない場合は、講座を開催しない場合があります。(講座を開催しない場合は、申込者には連絡します。)

熱中症対策をしましょう! 【問合せ】安芸灘保健出張所 (TEL.0823-70-7181)

外出時に暑さを避けるのはもちろんですが、**熱中症は、室内や夜間でも多く発生**しています。
エアコンなどを上手に使うって熱中症対策をしましょう。

のどが潤いてなくても
こまめに水分・塩分を補給しましょう。

1日あたり
1.2L(びん)を目安に

コップ約6杯

- 1時間ごとにコップ1杯
- 入浴前後や起床後も
まず水分・塩分補給を

※水分や塩分の摂取量は
かかりつけ医の指示に従いましょう。

出典:「熱中症予防のための情報・資料サイト」(厚生労働省)

呉市立図書館 自動車図書館

※隔週火曜日来館予定です。

安芸灘交流館 (豊まちづくりセンター) 1回目 10:30 ~ 11:00
2回目 13:30 ~ 15:30
7月28日 【問合せ】中央図書館 (TEL.0823-21-3014)

第16回 市民参加型コンサート

みんなの発表会 出演者募集!

募集期間: 7月17日(金) 締切り
日時 8月22日(土) 13:00開演予定
場所 安芸灘交流館(豊まちづくりセンター) 堀ばたホール
詳細は各地のポスター
もしくは事務局 (TEL.0823-66-2111) まで

第20回 わたしの“いのち”メッセージ展

『あなたに想いを伝えたい』
そんな想いを絵と言葉で表現してみませんか

お問い合わせ: 豊浜会館 (TEL.68-2352)
もしくは、呉市HPをご覧ください

8月の行事予定		
3日(月)	定期講座	ダンスエクササイズ
6日(木)	短期講座	フラダンス
8日(土)	定期講座	健康ストレッチ
14日(金)	イベント	はたちの集い
17日(月)	定期講座	人生を楽しむヨガ 13時~
	定期講座	ダンスエクササイズ
19日(水)	保健所	総合健診 1日目
20日(木)	保健所	総合健診 2日目
	定期講座	人生を楽しむヨガ(文化教室)
	短期講座	フラダンス(文化教室)
22日(土)	短期講座	絵てがみ
	イベント	みんなの発表会
24日(月)	定期講座	人生を楽しむヨガ ステップアップ
26日(水)	定期講座	男の料理
27日(木)	定期講座	人生を楽しむヨガ ステップアップ
29日(土)	定期講座	健康ストレッチ

出展作品募集!

作品の規定
(1) 絵と文字の入った「絵てがみ」とします。
(2) 原則はがきサイズで、紙質・用具など画材は自由です。
(3) 応募者が創作した作品で、未発表のものに限ります。

応募方法
(1) 作品に郵便番号・住所・名前(ふりがな)・連絡先を明記してください。
(2) 「豊浜会館」「豊/豊浜まちづくりセンター」へ持参する。
※詳しくは呉市HPをご覧ください

募集期間: 7月1日(水) ~ 8月31日(月)

呉市安芸灘地域高齢者相談室です

7月中旬以降に
介護保険負担割合証が届きます

介護保険認定を受けて要支援・要介護と認定された方、事業対象者となった方に、7月中旬以降、呉市からご自宅に【介護保険負担割合証(はがきサイズ・ピンク色)】が封筒に入って届きます。

負担割合証には前年の所得をもとに決定された利用者負担の割合(1割、2割または3割)が記載されています。
介護保険サービスをご利用の際に必要な紛失等された場合は再交付の手続きが必要となりますので
【介護保険被保険者証(はがきサイズ・青色)】と一緒に保管していただきますよう
よろしくお願いいたします。

安芸灘地域高齢者相談室 (TEL.0823-66-1115)

豊地区の世帯数と人口

【令和8年5月末現在】()は前月比

住民基本台帳による人口データ			
世帯数	830 世帯 (-3)	男	570 人 (-6)
人口	1,272 人 (-9)	女	702 人 (-3)