回覧確認										

豊浜市民センターだより あいらんど アビ

2026
11月

第２３７号　令和８年１１月１０日発行
呉市豊浜市民センター　電話６８－２２１１
【URL】 http://www.city.kure.lg.jp/soshiki/50/
【E-mail】toyosis@city.kure.lg.jp

豊浜地区の世帯と人口【９月末現在( )は前回比】
世帯数：674世帯　・人口：949人
男：445人(±0)　女：504人(－2)

豊浜まちづくりセンターからのお知らせ

おひるねベーカリー手づくりパン教室

日時：１２月５日（土）１３：００～１６：００
場所：豊浜まちづくりセンター１階　研修室
講師：大峠くるみ先生
対象：１８歳以上
定員：８名（先着順）
参加費：１，０００円（受講料４００円，材料費６００円）
申込期間：１１月９日（月）～１１月３０日（月）
持参物：エプロン・マスク・三角巾・飲み物・手拭きタオル
　　持ち帰り用タッパーまたはフリーザーバッグ
申込・問合せ：豊浜まちづくりセンター　☎６８－２２１３



第35回　きらきらコンサート

日時：１２月２２日（火）開場１７：３０　開演１８：００
場所：豊浜まちづくりセンター２階　大集会室
出演者：松﨑祐一さん・沖めぐみさん・松﨑由起さん
入場料：５００円（一般）
　　２５０円（呉市在住の７０歳以上及び高校生以下）
　　無料　（豊浜町在住の高校生以下）
※１２月１日（火）から豊浜まちづくりセンター窓口で事前申込受付
問合せ：豊浜まちづくりセンター　☎６８－２２１３

カメラトピックスとよはま

今年も豊浜の一大イベント「ビューティフルアイランド祭り」が10月17日(土)に開催されました。ウォーキング大会やステージイベント，来場された方それぞれに楽しみました。


ウォーキング大会(2km・4km)


健康相談


出店ブース


お楽しみ抽選会








ステージイベント



祭りの最後はたんぽぽの皆さんによる餅撒きならぬタオル撒きで締めくくりました

安芸灘地域高齢者相談室です

11月３０日は人生会議の日

人生会議とは，これからの生活や，もしものときに「どのように過ごしたいか」を家族や大切な人，医療や介護の人と話し合っておくことです。

「まだ元気だから関係ない」と思うかもしれませんが，元気だからこそしっかり考えることができます。自分の思いを書き留めて整理すること，自分の大切な人と話し合い共有することも大切です。内容は気持ちや状況に合わせて，いつでも変えることができます。

高齢者相談室では，人生会議の説明会を行っています。詳細はお気軽にお問い合わせください。



呉市「人生の彩ノート」書き込み式で，考えや思いを整理できます。



【問合せ】呉市安芸灘地域包括支援センター　☎６６－１１１５

まだ間に合う！あなたの「からだの声」を聴く　特定健診！

「最近忙しいから」「症状がないから大丈夫」と健診を後回しにしていませんか。
特定健診は，自覚症状のない生活習慣病を早めに見つけるための大切な検査です。　がん検診も忘れずに！
今年度まだ受けていない方は，ご自身と家族のために今すぐ受診の計画を立てましょう！



対象　４０歳以上７５歳未満の国保加入者
詳細　呉市国保の方は，自宅に届いているオレンジ色の封筒をご覧ください。
　７５歳以上の方は，後期高齢者医療保険になり，封筒は届きません。健診は受診できますので，かかりつけ医にご相談ください。

【問合せ】安芸灘保健出張所　☎７０－７１８１

編集後記　朝晩が一気に寒くなりましたね。だんだんと布団から出るのが辛い時期になってきましたが、同時に秋の味覚や紅葉も楽しめる時期。カメラを持ってどこに紅葉を撮りに行こうか考え中です。（新谷）