



福山市老連

180号 7月号

福山市老人クラブ連合会
福山市地吹町12-7 ☎084-924-0186
(月・水・金 9:30~16:00)

福山市老連：8ブロック 学区老連50 単位クラブ285 会員12,597人（令和7年6月23日現在）

昨年6月の本通船町商店街のアンブレラスカイ

暑さに負けず、役員一丸となり緊縛一番

※心をひきしめ事にあたる

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

急性期医療施設 一般病床97床
日本医療機能評価機構認定
医療法人 蒼生会
楠本病院
広島県福山市曙町三丁目19番18号 TEL(084)954-3030

時間帯	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 14:30~17:30	○	○	○	○	○	○

介護医療院 くすも(40床) TEL(084)954-3030
居宅介護支援事業所 TEL(084)954-3340

内科・胃腸内科・放射線科
いしおか医院
日本消化器病学会認定 消化器病専門医
日本消化器内視鏡学会認定 消化器内視鏡専門医

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○
15:00~19:00	○	○	○	○	○	※

休診日：水曜日・日曜日・祝日 ※土曜午後は17:00まで
午前の一般外来受付は11:00まで、午後の一般外来受付は17:00まで（土曜午後の一般外来受付は15:00まで）
福山市大門町3丁目19番14号 ☎084(946)5100
http://www.ishiokein.jp

KS KOU EI INDUSTRY
総合建設業
株式会社 広栄産業
福山市大門町5丁目10番16号
☎084-945-2330

外壁塗装・屋根塗装をはじめとする
一般住宅の塗り替え塗装専門店です。
大切な家の塗り替えは、
谷塗装工業へお任せください。
谷塗装工業
広島県知事 許可(般-6)第39269号
☎0120-400-830
本社/福山市箕島町4817番地7

いしい内科・糖尿病 クリニック

診療科目	内科・糖尿病内科
診療時間	月 火 水 木 金 土
9:00~12:30	○ ○ ○ ○ ○ ○
15:00~18:00	○ / ○ / ○ /

休診日：火曜午後・木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
福山市御船町1丁目9-3 2F
TEL 084-973-2555

医療保険でも受けられる
訪問医療マッサージ
レイス治療院 福山西
☆まずは無料でお試しを☆
訪問場所：福山市全域
府中市と尾道市の一部
TEL084(952)0831 福山市瀬戸町長和1536-4
http://leisfukuyama.web.fc2.com/

新会長就任あいさつ



この度、古谷前会長の後任として福山市老人クラブ連合会の会長就任をご承認

いただきましたので一言ごあいさつ申し上げます。

私は福山生まれで福山に居って10年に

はありますが、18歳から66歳まで福山を離れて生活し、故郷福山に居って10年に

福山市老人クラブ連合会

新会長 橋本 克矢

利他の精神と新たなことを！

この度、令和7年度の代議員総会において、老人クラブ連合会の会長を退任いたしました。1期2年間、市老連の会長を務めさせていただきまして、心から感謝申し上げます。在任中は、広

島県老人クラブ連合会60周年、福山市老人クラブ連合会60周年の節目の年でありましたが、会員皆様のご理解とご協力により、多くの重要な行事を行うことができました。厚くお礼を申し上げます。

今後、ますます高齢化が進む中、人と人、人と社会がつながり、支え合い、助け合いながら暮らしていける共生社会を目指し、生涯現役、元氣な高齢者であることが求められています。退任しまして

も、学区老人クラブの活動、地域活動を支えていきたいと思っています。引き続き、市老連へのご支援をお願いいたします。

前会長あいさつ



退任あいさつ

福山市老人クラブ連合会

前会長 古谷 輝昭

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

診療科目：婦人科
おおもとウィメンズクリニック
院長・医学博士 大本 裕之 副院長 大本 佳恵
休診：日曜日・祝日・水曜日 ※土曜午後のみ 14:00～17:30

女性医師は完全予約制です
福山市水呑町三新田 2-27
(芦田川大橋渡ってすぐ、ハローズ水呑店前)
TEL: (084) 920-5155
<http://ohwc.jp>

脳神経外科・外科・整形外科・内科
石藤クリニック
(社)日本脳神経外科学会
脳神経外科専門医 小川 洋介
頭痛・めまい・認知症の相談
(福山駅前通り) 福山市道三町1番1号
☎ (084) 923-1903

医療法人社団 まこと会
神辺内科
院長 医学博士 西岡 智司
日本内科学会認定 総合内科専門医
日本肝臓学会認定 肝臓専門医
日本消化器病学会認定 消化器病専門医
日本消化器内視鏡学会認定 消化器内視鏡専門医
日本老年医学会認定 老年病専門医・指導医
福山市野上町2丁目10-29 TEL (084) 925-2567
<https://www.kanbe.or.jp>

歯科・小児歯科・矯正歯科・口腔外科
渡辺歯科医院
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝
午前 8:30～12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○ /
午後 2:00～6:00 ○ ○ ○ / ○ 手術 /
福山市沼隈町草深1870-6
☎ 084-987-3888

歯科 / 小児歯科 / 歯科口腔外科
山陽歯科クリニック
SANYO 訪問診療承ります。ご質問だけでもお気軽にどうぞ。
診療時間 月 火 水 木 金 土
9:00～13:00 ● ● ● ● ● ●
15:00～19:00 ● ● ● ● ● 17:00 まで /
● 休診日：土曜日午後 / 日曜日 / 祝日 ● 各種保険取り扱い致します。
TEL 084 (988) 1377
〒720-0402 福山市沼隈町中山南 1083-1

奥野皮膚科医院
診療時間 月 火 水 木 金 土
9:00～12:30 ○ ○ ○ / ○ ※
15:00～18:00 ○ / ○ / ○ /
《休診日》火曜午後・木曜日・土曜午後・日曜日・祝日
※土曜日は午前9時～午後1時までとなります。
福山市明治町3-16 まなびの館ロースコム東側
TEL (084) 924-6132

保育園経営を経験しました。

帰郷後は先祖がお世話になったこの地域に恩返しができな
いかと思い、産業振興や防災関連の活動をしていたところ、当時の多田会長からお声がかかり、当連合会の総務部長、副会長として関わらせていただきました。

すようお願い申し上げます。

さて、現在の市老連に対する私の思いを申し述べ、今後の運営方針とさせていただきます。市老連は一昨年結成60周年を迎えました。この組織を60歳をこえた人が運営しているのが現在の老人クラブです。還暦をこえた組織を、還暦をこえた人間が運営していると疲労やひずみが生じて不思議ではありません。社会環境の変化があつたにせよ会員の減少や組織運営の難しさから精神的苛立ちなどが目立ってきているよ

うに思います。そこで2つの運営方針を掲げて今年度をスタートします。

(1)

「利他」の精神を大事に！

老人クラブの役員はボランティアが基本です。役員各位の御苦労は計り知れないと思います。が、「自利」の精神の一方には必ず「利他」の精神（世のため人のため）という考えを忘れずに行動してまいります。

(2)

「Something new」の追求

世の中が激しく変化する中、組織の停滞は即ち後退を意味

します。組織には絶えず何か新しいことを導入しなければ維持できません。「会員増強」から「入会促進」へ、専門部会の活性化、ニユースポーツの導入など、出来るところから少しずつ着手します。

「Not

instant,

But

constant」

（急がずに休まずに）、

「Not

revolution,

But

evolution」

（革命ではなく進化）の

イメージで連合会運営

を始めますので、ご協

力をお願いいたします。

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。



FACILITATION AND SOLUTION

社会保険労務士法人
野島事務所

福山市草戸町3丁目1-20 ローズ草戸ビル1階

084-983-2653

新築住宅建築工事/店舗設計・施工
リフォーム工事全般



一級建築士事務所

ジオ・プラン 株式会社

福山市引野町5丁目3-25

TEL 084-982-9922



あおぞら整形外科

骨粗しょう症・リハビリ・スポーツ

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:30	○	○	○	●	○	○	／
15:00~18:30	○	●	○	／	○	／	／

●骨粗しょう症専門外来の予約枠あり
休診日：木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
初診患者様受付：午前12時、午後18時まで

福山市新瀬町3丁目22-23

☎084-982-5505

園児募集中 お気軽にお問い合わせ下さい

社会福祉法人 あかつき会

子育てを応援します!! 安心してお預け下さい。

あんずこども園 福山市手城町 2-4-20 ☎084-932-2644

千代保育園 福山市南町 14-11 ☎084-922-8700

もみじこども園 福山市南本庄 1-7-7 ☎084-922-2463

だいもん動物病院

DAIMON PET CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	／	●	●	●	▲
16:00~19:00	●	●	／	●	●	●	／

▲日曜午前は8:00~11:00まで【休診日】水曜、日曜午後、祝日



福山市大門町1-50-36

TEL 084-999-0121

<https://www.daimon-ah.com>



みつふじ小児科

福山市川口町2丁目22-6

TEL 084-953-0307

2年の任期を経て役員の改選の議題を含む令和7年度の代議員会総会を4月12日(土)の午後1時半から、老人大学の二階講堂で開催しました。同月4日(金)の監事3名による監査会、さらに同月10日(木)の理事会での質疑討論を経ての開催となり、当日は87名の代議員諸氏の出席でスタートしました。開催の冒頭で、「春の交通安全運動」の最中であつたこともあり、福山東警察署交通第1課の川口課長から、クイズ



古谷会長のあいさつ

令和7年度代議員会(総会) 新たな年度に新たな 役員体制でスタート

を取り入れたユニークな安全講話を受けました。

開会後、全員で君が代斉唱、黙とう、老人クラブの歌斉唱と続き、今回が最後となった古谷会長が万感の思いを「あいさつ」に込められました。来賓として福山市役所の長寿社会応援部長の藤井順子様及び老人大学学長の飛田洋悟様から祝辞をいただきました。

議事の審議に入る前に議長として、明王台学区の藤井勲代議員を満場一致で選出し、議事進行に入りました。令和6年度の事業報告、決算報告、監査報告が満場一致で承認され、令和7年度の基本方針・重点項目さらに事業計画も承認を受け、今回新たな入会促進事業(従来の会員増強事業と関連する予算が事務局より説明され、承認をされました。質疑応答では、ブロック・学区助成金の見直しや増額、さらにスポーツ大会助成金の内容や表彰される学区若手委員の確認などがありました。

2025年度(令和7年度)福山市老連役員(役員任期2年)

役職	名前	学区	ブロック		前職
会長	橋本 克矢	曙	中央南	新任	副会長
副会長	今井 宏	東	中央北	再任	副会長
副会長	木谷 一幸	福相	芦品	再任	副会長
副会長	武田由美子	荏	南部	再任	副会長
副会長	井上伊津子	今津	西部	新任	女性委員会 副委員長
副会長	井上 輝満	神村	西部	新任	若手委員会 委員長
副会長	宇根 昌範	津之郷	南部	新任	若手委員会 副委員長
監事	實兼 敏信	明王台	中央南	新任	
監事	岩井 信悟	春日	東部	新任	
監事	加藤 美子	西	中央北	新任	



副会長 井上輝満

この度、市老連の副会長を拝命しました神村学区の井上輝満です。若手委員会の委員長として、2年間務めさせていただき、引き続き市老連の要職を務めさせていただきます。今の社会は、高齢化の進展や一人ひとりの価値観や人生観が多様化し、老人クラブも新たな展開の必要性が求められています。会員の皆様の声をしっかりと聴き、微力ではありますが活動に反映していきたいと思っていますので、どうか、よろしくお願いいたします。



副会長 宇根昌範

この度、市老連の副会長として承認いただきました津之郷学区の宇根昌範です。私の基本的なスタンスは、「楽しい」ということです。このことを大前提に、これからの高齢化の時代を皆さんに楽しんでいただき、自らも楽しんでいきたいと思っています。ある作家によると、幸せとは、胸を張って語るのではなく、苦笑いとともに唇からこぼれ落ちるものと・皆さんが「一笑一若」となりますよう頑張りますので、よろしくお願いいたします。



副会長 井上伊津子

この度、市老連の副会長の一端を担わせていただく今津学区の井上伊津子です。女性委員会の前委員長井上弘子さんのリーダーシップのもとで2年間活動を行う中で、目と頭だけで行動する男性と違い、心と身体で生きる女性が、これからの時代は必要で出番だと思っています。「自省利他」の気持ちを第一に、頑張つてまいりますので、よろしくお願いいたします。

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。



総合建設業

有限会社 山本興業

福山市赤坂町早戸 478

TEL.084-951-5996



株式会社 開 成

足場工事一式

福山市藤江町928番地1

TEL 084-935-7591

一般貨物自動車運送事業・貨物利用運送事業
建物総合解体工事・産業廃棄物収集運搬業

有限会社 GLネットワーク

福山市明神町2丁目16-3

TEL 084-983-3488

FAX 084-983-3499



○家屋解体・斫り工事一式
○土工事一式

有限会社 小林興業

福山市金江町金見 3522-2

TEL 084-935-7799

製材木工機械 設計製作販売
自動化省力機械

有限会社 鋼 伸

福山市南松永町3丁目7番51号

TEL/FAX.084-934-8060

福山市上下水道局指定工事店



水のちから・可能性・無限大...

株式会社 ティ・エム

福山市柳津町四丁目3-19

TEL:084-933-3810

令和7年度 主要な事業計画	
月	市老連事業
4	代議員会（12日（土）） 女性委員会・若手委員会の総会及び研修会
5	女性委員会役員会・幹事会 若手委員会役員会・幹事会 理事会
6	各部会 学区スポーツ大会計画書
7	ブロック長協議会 県地域指導者講習会 会報誌（180号）発行予定
8	女性委員会親睦研修旅行
9	作品展（ふくやま美術館一階ギャラリー） （3日～7日：準備を含む） 市老連 GG 大会（団体戦）：26日加茂 理事会
10	福祉大会及び芸能祭説明会 市老連 GG 大会（個人戦）：20日加茂 女性委員会 GG 大会 女性委員会バザー（老大学生祭） 会報誌（181号）発行予定
11	福祉大会及び芸能祭 （6日：リーデンローズ小ホール）
12	女性委員会親睦研修旅行 老人会館大掃除
1	新年互礼会 会報誌（182号）発行予定
2	市補助金説明会
3	囲碁将棋大会 県東部四市連絡協議会（府中市） ブロック長協議会 理事会

※三役会（会長・副会長・参与）は毎月初めに開催

令和6年度 福山市老人クラブ連合会 収支決算書			
収入の部			
項目	予算額②	決算額①	増減①-②
繰越金	1,975,354	1,975,354	0
会費	3,978,000	3,780,000	▲198,000
助成金・補助金	5,103,200	5,203,616	100,416
寄付金	100,000	156,569	56,569
雑収入	153,100	205,178	52,078
繰入金収入	0	0	0
合 計	11,309,654	11,320,717	11,063
支出の部			
項目	予算額	決算額	増 減
一般運営費	3,861,012	3,558,441	▲302,571
事業費	2,315,000	1,368,174	▲946,826
部活動費	20,000	3,603	▲16,397
委員会活動費	100,000	63,953	▲36,047
ブロック・学区助成金	2,515,500	2,118,940	▲396,560
諸 費	965,880	945,880	▲20,000
雑 費	140,000	10,660	▲129,340
会館運営費	850,000	900,000	50,000
予備費	32,262	0	▲32,262
引当金	510,000	510,000	0
合 計	11,309,654	9,479,651	▲1,830,003

※会館運営費の増は、電気料金値上げなど光熱水費増に伴う

差引		
収入済額	支出済額	次年度繰越額
11,320,717	9,479,651	1,841,066

令和7年度 一般会計収支予算			
収入の部			
項目	予算額①	前年度予算②	増減①-②
繰越金	1,841,066	1,975,354	▲134,288
会費	3,786,000	3,978,000	▲192,000
助成金・補助金	5,161,000	5,103,200	57,800
寄付金	140,000	100,000	40,000
雑収入	153,500	153,100	400
繰入金収入	0	0	0
合 計	11,081,566	11,309,654	▲228,088
支出の部			
項目	予算額	前年度予算	増 減
一般運営費	3,650,000	3,861,012	▲211,012
事業費	2,090,000	2,315,000	▲225,000
部活動費	20,000	20,000	0
委員会活動費	100,000	100,000	0
ブロック・学区助成金	2,701,500	2,515,500	186,000
諸 費	912,755	965,880	▲53,125
雑 費	36,598	140,000	▲103,402
会館運営費	1,000,000	850,000	150,000
予備費	60,713	32,262	28,451
引当金	510,000	510,000	0
合 計	11,081,566	11,309,654	▲228,088

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。


井上土木株式会社
 福山市大門町4丁目14番3号
 TEL.084-941-4135

新車・中古車販売

 レープモーターワークス
 福山市明神町2-3-17
 TEL 084-961-3627

 **中尾鋼業株式会社**
 福山市大門町3丁目27-48
 ☎084-941-2227
 FAX084-982-5795


 ITソリューションで未来を創協
株式会社 エス・アール・エス
 福山市明神町2-12-3
 TEL 084-922-9301


株式会社 設備施工図設計 sin
 福山市明王台3丁目2-33
 TEL 084-999-2810

各種抜型・CAD/CAM システムレーザ加工
 **株式会社 内田製作所**
 福山市多治米町6-10-25
 TEL.084-953-8644
 FAX.084-953-7645

女性代表及び若手委員会の 総会（研修会）を相次いで開催！

役員改選を含む令和7年度の見出しの総会（研修会）が、4月19日（土）に老人会館大会議室で開催されました。

午前中の女性代表の総会では、32名の参加者のもと、井上弘子委員長（金江学区）と八木美智子副委員長（伊勢丘学区）が勇退され、新たに武田由美子さんが委員長に、井上伊津子さんが引き続き副委

員長、新たに横山久子さん（津之郷学区）と永徳美奈子さん（坪生学区）のお二人が副委員長に選任されました。総会では、昨年度

の活動報告と令和7年度の活動計画が満場一致で承認され、その後は、いつも好評で市老連お馴染みの理学療法士森田裕治さんから「楽しいフレイル予防」と題した講演と実演を受けました。

午後の若手委員会の総会では、40名の参加者のもと、新たに宇根昌範さんが委員長に、故山洋子さん（熊野学区）が勇退され、新たに平口雅明さん（加茂学区）と池田彰二さん（伊勢丘学区）、枝廣和彦さん（神村学区）が副委員長に選任され、副委員長5人体制でサポートして活動することになりました。なお、総会では、昨年度の活動報告と令和7年度の事業計画などが拍手で確認され、その後、中国労働衛生協会ヘルスケアトレーナーとして活躍されている藤原和典さんから「楽しく動いて健康長寿」と題した講演と実演を、みなさん多量の汗をかきながら運動されていました。

令和7年度福山市老連
女性代表
総会 研修会

遅ればせながら!!

令和6年度の全国老人クラブ連合会の会長表彰として、福山市老人クラブ連合会から次のお二人が受賞されました。まことにめでとうございました。



老人クラブ育成功労表彰 萩山 丘さん（前市老連監事）
老人クラブ永年勤続表彰 若井 聡子さん（市老連事務局員）

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

タナイ産業 株式会社

福山市柳津町3丁目3番36号

TEL 084-930-0950

車のキズハダシ
シュールーズ
見積無料 早い・安い・キレイ 仕上がり保証

有限会社 **中央鋳金**
SYURI-S
TEL 084-921-2937

自動制御装置・設計・製作

有限会社 **サンテクノ**

福山市明神町2丁目16番3号

TEL 084-928-1591

有限会社 **広洋塗装**

福山市水春町541-3

TEL 084-956-3622

Mi 曲げ加工（厚板・薄板）
MIYUKI

三幸工業 株式会社

福山市柳津町4丁目7-33

TEL 084-939-6672



プレハブ工事業
倉庫、車庫全般

剛 建

福山市沼隈町中山南甲 869

TEL.084-988-1710

枝廣市長と今岡議長を表敬訪問!!

令和7年度の役員改選による新役員6人(当日地域の総会のため、今井副会長は欠席)が、5月9日(金)11時半から市役所6階の市長応接室で市長に就任あいさつを行いました。市長から、老人クラブの現状打開のため、8月(予定)の市広報紙(ふくやま)への老人クラブ等の特集記事を入れましょうという嬉しい提案をいただきました。午後1時からは、議会棟の2階議長室で今岡議長にも、就任あいさつを行いました。議長からは、市議会として、できるだけの援助を行うという言葉もいただきました。



午後1時半から始まる
と、最初は用意された公
式のテニスボールを使っ
て、個々に足から腰、背
中とマッサージをしてい
きます。体操は、基本的

令和5年の7月にス
タートした市老連の趣味
教養講座のひとつである
「スマイル体操」に、中
村南学区会長からお誘い
を受け、約2年間の体験を
してきました。講師は、
㈱オフィスプロのインス
トラクターの今川寛子さ
んで、笑顔が素敵なユー
モア溢れる方です。



全身を大きく動かして

私は、地元の集会所で、
月に2回「南町健康体操」
と称した集まりで、老人
クラブの仲間(ローズコ
ムが遠くて百歳体操に参
加できない人が対象)と
鎌田寛先生考案のスクワ
ット運動、かかと落とし
運動、NHKのみんな

後半は、音楽に合わせて
て、体全体を動かして
最後の歩幅ストレッチで
終了します。時間的には
1時間程度ですが、あつ
という間に終わったとい
う感じで、達成感いつぱ
いです。

に椅子へ座った状態で、
合図に合わせて手足を動
かします。途中から左右
別々の動作を行うので、
こんがらがって、うまく
できないときが脳トレ効
果アップの時であると言
明され、皆で笑いながら
取り組んでいます。

南学区 南町寿クラブ 会長 開地 耕三

趣味教養講座「スマイル体操」に参加して

の体操、ラジオ体操等を
「コナホの時も休まず
に、楽しく継続して行っ
てきました。今では、ス
マイル体操で体験した運
動も取り入れています。

令和7年度もスマイル
体操に参加したいと思っ
ています。というのは、
仲間から転倒防止の運動
を要望されていますので、
体幹が鍛えられ、転
倒によるケガの防止(上
手な転げ方やその受け身
など)を特に今川さんに
教わりたいと思っています
ので…。百歳まで元
気でいることを目指すに
は、スマイルと健康な体
力の保持が一番と思っ
ており、今後もスマイル
体操の
日は皆
勤でい
くぞ!



笑顔のステキな
今川さん

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

奥浜産業 株式会社

福山市引野町5795番地

TEL 084-941-2480(代)

清掃委託

有限会社 福清社

福山市明神町1丁目8番15号

TEL 084-973-4551

FUJISHO

プラスチック容器の洗浄

株式会社 フジショウ

福山市瀬戸町長和 171-2

TEL: 084-952-2016

FAX: 084-952-2069

技術、そして信頼へ…

有限会社 柏原機工

福山市神島町19-10

TEL 084-951-0356

株式会社

占部 工作所

精密機械加工

福山市水呑町三新田 1 丁目 172 番地

TEL 084-956-1310

やりがいと生きがいを
共に作りみんなで楽しい会社

お客様に上質な生活を送って頂くために…

前田土建工業 株式会社

福山市千代田町二丁目 1-23

電話 (084)953-1677(代)

FAX (084)953-6120

学区だより

津之郷学区 学区カラオケ 交流会の再開

会長 山崎 英二



私の学区では、コロナ禍の前には、カラオケの好きな方々が集まって楽しんでいましたが、「休止になって寂しい」「もう一度カラオケをしたい」といった声を聞くようになり、これに因應するために、学区老連が主体的に再開の準備をすすめてきました。

以前使っていたDVDでは、セットに時間がかかって大変だったので、時代にあったオーディオ機器を準備し、近所への騒音にならないように音量に気を付けるなどしながら、4月26日（土）午後、20名余が参加して、庭に咲く白いハナミズキと薄紅色のハナミズキが

満開の津之郷交流館で、カラオケ交流会を開催することができました。今までお会いしたことはあっても、お話をしたことがなかった方々とも懐かしい歌を聴きながら会話がはずみ、昔の記憶を思い出したりしながら、あつという間に予定の2時間半が過ぎました。

大きな声を出すことは健康に良いと言われる。人の前に立つて歌うと緊張しますが、脳が鍛えられます。カラオケを楽しむことも、筋肉を鍛えるのと同じく、脳を元気にするフレイル予防の一環だと思います。

今後毎月1回開催の予定です。次回から



も、多くの方々が集い、意義深い交流の場となることを願っています。

他の学区の会員の方からのご助言などをお待ちしています。

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

一般貨物自動車運送業

株式会社 渡辺冷送
Watanabereisou co.,ltd.

福山市水呑町 4812 番地
TEL 084-983-2023

明神町リハ・整形クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	／
15:00~19:00	●	●	／	／	／	／	／

※受付時間は診療終了時間の30分前まで ※休診日：水曜・土曜午後、日曜、祝日

福山市明神町二丁目14番地3号
TEL 084-959-5455
<https://myojincho.com>

山陽病院

福山市野上町2-8-2 TEL 084-923-1133

診療科目：内科、外科、泌尿器科、整形外科、リハビリテーション科、人工透析治療、在宅医療支援病院（訪問診療）

思いをカタチに

句集

TEL 078-333-7707

ニチコミ

株式会社 高橋鉄工所

船舶艦装品・省力機械・機械加工部品

福山市新浜町1丁目4番11号
TEL:084-953-4380 FAX:084-953-7787
<http://www.takahashi-iw.co.jp>

医療法人 伸幸会
もりかず歯科医院
MORIKAZU DENTAL CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	／	●	●	／
14:30~18:30	●	●	／	●	●	▲

休診日：水曜・日曜・祝日 ▲土曜日 14:00~18:00

ご予約は **084-982-8338**

福山市曙町3丁目21-9 www.morikazu-dc.com

随想

写真は
心のカメラで撮りなさい

曙学区 橋本 克矢

2月初旬、孫がピアノの発表会で演奏するというので、東京まで聴きに行った。「じじバカ」ぶりは承知の上である。久々の上京なので東京に2泊、箱根に1泊の旅程とした。

丁度、中国の春節と重なり、どこもインバウンド観光客であふれかえっていた。彼らの行動は日本経済の支えになっているが、しばしば辟易する光景がみられたのも事実である。銀座四丁目交差点付近では、歩道いっぱいに広がって歩いたり、歩道の真ん中で団体写真を撮影したり。箱根湯本の駅では登山鉄道の座席を確保するため我先にと猛ダツ

シユ。団体が大きな声で会話しながらスマホで写真を撮りまくる。旅先でのマナー欠如がテレビでよく放映されるが、同じような光景が目当たり展開されるので唖然とするばかりだった。思い出の「こまを写真に残すこと、喜びを発散して賑やかに振る舞うことを決して否定するつもりはないが、少なくとも周辺に気配りをして欲しいものである。

の旅で私が撮った写真の枚数は著しく少ない。しかし心には幾つもの記憶が鮮明に残っている。◆シヨパンやリストなど皆目理解できない年寄だが、孫の演奏を生で聴いているうちに胸が熱くなったこと。◆明暦の大火のあと徳川家綱公臨席のもと江戸の火消し4組が氣勢を上げたという上野東照宮前で当時を偲んだ時間。◆月島にある「もんじゃ焼き」の店で浸った下町の雰囲気。◆まだ寒くて開花前の小田原曾我梅林の茶屋で梅の香うどんと熱燗を楽しんでいると「晴れていればあの方角に富士山が見えますよ」と話してくれた

初老の人。◆箱根宮ノ下の国道1号線を自分の足で歩いて確かめた箱根駅伝5区山登りの急勾配。◆富士屋ホテル接客係の心温まるもてなしなど、色々な場面が脳裏に蘇る。旅の準備を周到にして、現地の人とさり気ない会話を通してふれあい、旨いものを食すれば、写真は無くとも素晴らしい心のアルバムができるものだ。またいつか心で感じる旅に出たいと思っ



私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

毎日、ぐっすり眠れていますか？

日本人の5人に1人が「睡眠」に関する悩みを抱えているそうです。

不眠だけでなく、寝言やいびきも「睡眠障害」のシグナル。

おかしいと思ったら、心の声を聞いてストレスのないように過ごしましょう。

枕

枕の役割は、頭と首をバランスよく支えることです。朝起きて肩が凝っていたりしていませんか？

合わない枕は

それだけでストレスの元。さまざまなタイプの身体に対応した枕があります。専門店へ行ってみましょう。



風呂

疲れが溜まっていませんか？1日の終わりに入るお風呂は気持ちがいいものです。忙しいかもしれませんが、たまには38℃ぐらいのぬるめのお湯にゆ〜っくり浸かって、身体を温めましょう。

香り

最近ではいろんなタイプの商品が出ています。その中心はお香やアロマオイル。安眠効果を期待するならラベンダーの香りがおすすめ。さまざまな香りがあるので、自分好みの香りを探すのも楽しいかもしれません。



福山市瀬戸老人福祉センターをご活用ください

福山市瀬戸老人福祉センターでは、現在、団体や個人の利用の状況をふまえ、より気軽にご利用いただけるよう、**利用方法や行事などの見直し**を進めております。

そのひとつとして、**団体送迎の人数や回数、滞在時間**について、8月1日から次のとおり見直しを行いますので、ぜひ当センターをご利用ください。お待ちしております。

1. 団体送迎の時間変更・館内滞在時間の延長について

本年8月1日から、団体送迎を次のとおり変更し、館内の滞在時間も延長します。

①送迎時間の変更

迎え：現地出発 9時30分 送り：センター出発 15時00分

- ・送迎バスの定員（33人）を超える場合にあっては、送迎を2往復しますので、ご相談ください。（無料）
- ・条件が整えば、2団体での相部屋利用も可能です。この場合は、団体ごとに1往復送迎します。（無料）
- ・送迎人数が、20人を下回る場合でも、1団体15人以上の利用であれば送迎します。（無料）

②館内での滞在時間の変更

1時間延長して、**5時間（10時～15時）**ご利用できます。

2. 講演会の内容選択について

ご希望の講演を団体で選択していただけます（講演会の講座リストはお問い合わせください）。歌や演奏、ダンスなどの『地域交流事業』も定期的
に開催しますので、講演の選択肢の一つとしてお楽しみください。



サークル活動へのご参加を！

利用者のみなさんにより、版画をはじめ、陶芸、健康カラオケのサークルが立ち上げられ、運営されています。現在、会員を募集しておりますので、興味のある方は参加をしてみませんか。



『せと陶芸サークル』
開始します！



みなさん真剣勝負!?
『せと版画サークル』

お気軽にお問い合わせください。
〈瀬戸老人福祉センター〉

TEL 084-951-1374

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

ギュッと握ってパツと開くだけ!
毎日1分! 脳トレに効く
グーパー体操

グー パー

痛くならない
程度にギュッと握る

1分
ゆっくり繰り返す

指先をしっかり伸ばし、
そのまで大きく開く

認知症予防や血行改善などに効果大!
朝起きた時や寝る前がおすすめです。
慣れてきたら足指でもトライ!

創業52年

フランス菓子リヨン

福山市引野町南1丁目18-26-8
TEL 084-943-1337

明治五年福山の地に創業
手作りのお菓子でお客様に口福をお届けします

大和屋本店

福山市宝町6-8
TEL 084-923-0574
〈営業時間〉月～土曜 8:30～17:00

有限会社 **アサヒオート**

福山市三吉町南1丁目8-12
TEL 084-925-7675

ステンレス・各種製缶・溶接・組立

彩音工業
AYANE INDUSTRY

福山市寺町9番22号 TEL 084-959-6738
FAX 084-959-6739

行政情報（福山市農林水産課より）

福山市の有害鳥獣対策ーイノシシの市街地出没の減少をめざしてー

福山市の農林水産課の業務のひとつに有害鳥獣対策があります。イノシシについては市内全域で農作物被害や出没の相談が寄せられ、二ホンザルは市北部地域を中心に5つの群れが確認されています。最近ではアライグマやヌートリアなどの小動物の相談も増え、2024年度は300件以上の相談が寄せられています。

今回はイノシシの市街地出没対策の話題です。イノシシによる事故は、全国でも大きなニュースになっており、福山市でも街中での噛みつき事故が発生し、当課としても市民生活の不安の解消に向けて対策を進めています。

専門家に伺ったところ、基本的な考え方は、イノシシを人に慣らさないことが重要で、地域ぐるみでえさ場やひそみ場をなくし、寄せ付けない環境づくりの取組を続けていくことが重要だ、その上で、

①イノシシの繁殖力は高く一度に4〜5頭を出産する。春先にウリ坊（幼獣）を捕獲しても秋にもう一度出産があるので生息数は減らないこと。
②繁殖力が高まる1歳以上の成獣（特にメス）を重点に捕獲すること。
③人なれ、車なれた成獣を捕獲することが生息数の減少や市街地出没の減少につながる。などの対策の助言をいただきました。

イノシシの行動圏は約1〜2kmです。福山市には住宅地等に囲まれている山がいくつかあり、市街地出没の発生源となつていると推測されます。これらの区域の大人のイノシシ（成獣）を捕獲することが出没を大きく減らすことにつながることを考えています。

市街地出没対策は、イノシシの痕跡調査などをもとに、捕獲できる可能性が高い場所に、センサー付き箱わなを導入し、できれば成獣と幼獣の

同時捕獲をめざすものです。

昨年度、久松台から蔵土山引野町、箕島町の山林区域の痕跡調査と方メラ調査を実施しました。その結果、どの区域でも幼獣（ウリ坊）が見られ、イノシシはその場所に定着繁殖行動）している可能性が高いこと。また、日中でも頻繁に行動する場所があることがわかっていきます。

現在は、センサー付き箱わなで成獣捕獲に取組んでいるところです。上部に設置したセンサーでイノシシとの距離を測り、所定のサイズものが入れば扉が落ちるしくみです。成獣は警戒心が高く、先に幼獣が箱わなに入り、捕獲されるのを見ると箱わなにも寄り付かなくなることから、考案されたものです。

現在、特に目撃情報が多い地域で先行し、5頭の成獣を捕獲しています。この取組などを地域の協力を得ながら広げていく考えです。



センサー付き箱わなで成獣を捕獲（引野町）

終わりに、イノシシの出没が増えた要因は、草むらなど近くにひそみ場が増えていること。あるいは、生ごみや柿などの樹木、竹林が放置されてえさ場となり、人との距離を縮めていることがあります。

イノシシも山の少ない食糧より里の栄養価が高い農作物を狙っています。繁殖能力が高いイノシシについては捕獲だけでは根本的な問題解決にはなりません。効率的な捕獲のためにも「寄せ付けない環境づくり」が重要と考えています。イノシシも賢く、なかなか難しい問題ですが、ひそみ場やえさ場をなくす取組の重要性やイノシシと遭遇した時の対処法を市民の皆様にお知らせしながら、また、協力をいただきながら、対策を前進させたいと考えています。

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

浄土真宗本願寺派

清水山 信行寺

福山市旭町7番7号

TEL 084-931-6378

浄土真宗本願寺派

海雲山 光明寺

土曜学校 毎月第2土曜
寺カフェ 第3金曜（不定期）
ボーイスカウト 随時募集中

福山市旭町4の19

真宗大谷派

紫雲山 光圓寺

福山市大門町津之下792

TEL 084-941-1036

真宗大谷派

遐稱山 浄願寺

福山市御船町一丁目4番9号

TEL 084-923-2155

浄土宗

圓界山 一心寺

福山市寺町8-1

TEL 084-923-1656

真宗大谷派

最善寺

福山市寺町8-5

TEL 084-922-1284

おじゃまします!中国労働衛生協会です♪

年に一度は、あなたの健康をしっかりチェック!
～福山市の補助でお得に受けられる「シニア健診」のご案内～

基本コース	充実コース	検査項目	
○	○	診察	医師診察
○	○	身体測定	身長、体重、腹囲測定、視力、聴力
○	○	循環器検査	血圧、心電図
○	○	尿検査	尿糖、尿蛋白
○	○	血液検査	貧血、糖尿病、脂質、肝機能、腎機能
○	○	肺がん検査	胸部エックス線
○	○	大腸がん検査	便潜血2日法
	○	眼科検査	眼圧、眼底カメラ
	○	超音波検査	腹部超音波

料金(税込)		
対象年齢	基本コース	充実コース
75歳以上	600円	4,400円
70～74歳	600円	1,400円
60～69歳	1,200円	2,000円

会員のみなさま、こんにちは。(公財)中国労働衛生協会です。
みなさま、今年の健康診断はもうご予約されましたか?「まだ予約していない…」という方、必見です!
今回は、福山市の補助を活用してお得に受けられる「シニア健診」をご紹介します。
「シニア健診」では、気軽に受けられる「基本コース」と、より詳

しく調べられる「充実コース」の2つコースをご用意しています。
みなさまは普段からさまざまな活動を通して健康に気を使われていることと思います。が、年に一度は総合的に身体のチェックを試みましょう。「かかりつけ医に診てもらっているから大丈夫」という方も、肺がん検査や大腸がん検査、腹部超音波検査など、普段な

かなか受ける機会のない検査をこの機会に受けてみませんか。
会場は、引野町の「福山本部健診センター」はもちろん、昨年11月に御幸町にオープンしたばかりの「福山北部健診センター」でもご受診いただけます。
ご予約や検査の内容について気になることがありましたらお気軽にお問い合わせください!!

◆ 公益財団法人中国労働衛生協会 所在地

福山本部健診センター

福山市引野町 5-14-2

0120-55-6899(フリーダイヤル)

福山北部健診センター

福山市御幸町森脇 714-1

084-993-9495



HPはこちら



ある新聞の一面から！

ほめ方とやる気

いろいろなスポーツでのアスリートの快進撃は選手の実力だけでなく、良き指導者の存在があったという見方がされる。ハラスメントや多様性の視点など、指導者にとっても課題が多い時代ではある。指摘されることを恐れ、ほめることが中心になる指導者も多いかもしれない。しかし、そのほめ方にも良し悪しがある。

米コロンビア大学の心理学者、クラウディア・ミューラー教授とキャロル・デュエック教授が「ほめ方」の実験を行っています。難易度の低いテストを公



立小学校の5年生の児童400人に受けてもらった。成績に関わらず児童に「80点以上だった」と結果を伝え、無作為に3つのグループに分けた。それぞれの児童に対して、1グループには「頭が良いと能力をほめた」。1グループには「よく頑張ったと努力をほめた」。1グループは「何もほめない」。その後、各グループにいくつかの実験を通して、努力をほめたグループは、さらに難しい勉強に挑み成績

を伸ばした。能力をほめたグループは、難しい勉強を避けて、成績は下がった。興味深いのは、何もほめなかったグループの方が、能力をほめたグループより難しい勉強に励んでいた。ほめ方は、その後の意欲や結果を左右し、ほめ方を間違えると、かえって害になる可能性を示している。取り組むべきことに意欲が落ちて困っている時は、うまくいっていない部分ばかりに意識が傾きます。そんな時必ずしも良き指導者に巡り合えるとは限りません。そんな時は、自分自身でほめ方を工夫してみたらどうでしょうか！ここまでする努力してきたプロセスに心を寄せてみることも重要では……。

(日経新聞…)

元気の処方箋

神田東クリニック

院長 高野知樹さん

マナーのツボ 「今電話してもいいですか？」

「今、お電話してもよろしいですか？」とショートメールがきたら、どのような行動をとりますか？私は相手に電話します。返信の文字を入力するより、電話した方が早いからです。急ぎの電話はまずかける、出るか出ないかで次の行動を考えた方がよいと思います。出なかった場合はショートメールからラインで「今お電話したのは、こういう件でした。お電話してもよいお時間を教えていただけると幸いです」と送れば相手の立場を考えた対応になります。または「本日〇〇の件でお電話したのですが、ご都合の良いお時間を教えていただけますか」と送るのも一案でしょう。相手に



とって失礼のないよう丁寧にとするマナーが出来てはいますが、電話の利便性を考えると、急ぐ場合はまず電話をする方がよいように思います。スマホを各個人が持ち歩く時代ですから、目上の方を電話口へ呼びつけるという感覚は現在ありません。マナーは正解がなく、考え方が色々あります。10人いたら10の思いやり、マナーがあります。相手の立場に立つて考えることが良いマナーになります。

(日経新聞…)

マナーデザイナー

岩下直子さん

【Let's 脳トレ】

毎日の生活の中で「思い出す習慣」を身につけることは脳トレにも効果的です。ぜひ皆さんも試してみませんか!!

出かけたら、出会った人を思い出す

「あの曲がり角で犬の散歩をしている人を見かけた」など、どんな人を見たのかを思い出しましょう。



ちょっと一息

不等号ナンプレ

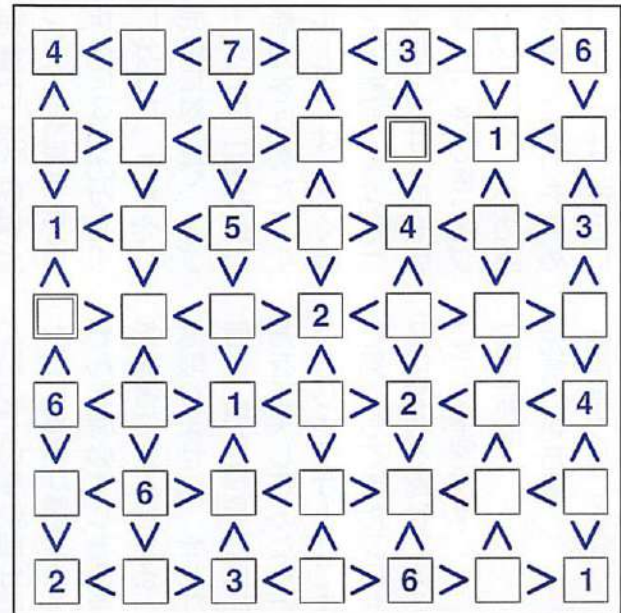
脳トレ

皆さんも挑戦してみよう！

ルール

- 1から7の数字を不等号の大小に合うように並べます。
- タテに7つのマスが並んだ列のどの列にも、1から7までの数字がそれぞれひとつずつ入ります。
- ヨコに7つのマスが並んだ列のどの列にも、1から7までの数字がそれぞれひとつずつ入ります。

※完成後、二重マスの数字を解答欄に抜き出し、足し算して出た答えが最終解答です。



出題（東北大学 川島隆太監修「大人のワークブック」）

解答欄

	+		=	
--	---	--	---	--

《答えは 16 ページ》

文芸

俳句

渦潮を目の前に見る遍路宿
まだきより妻の支度の春遍路

引野学区 山崎 信義

茶の芽ふき摘み取り籠の香りかな

加茂学区 谷本 泰之

新茶汲み朝の一刻和みぬる

歩けるは素晴らしき事野に遊ぶ

松永学区 井上 トシ子

球場の青空泳ぐ鯉幟
授戒会の念佛説え若葉もゆ

津之郷学区 大目 勤

【川柳】

春の味夕餉樂しや土筆づくし

（友に土筆をもらい、美味しかったので、

スーパで土筆を買いました）

指鈍き私折紙仲間に恵まれて

（良き先生とともに出会い、週一回が

とても楽しく有難い気持ちです）

松永学区 高橋 博子

卒寿過ぎ先を読む年読み易し

加茂学区 谷本 泰之

成すがままムチ打ち進む老夫婦

大谷台学区

中渡 多可根



報告 「市老連日誌」

【令和6年度】

1月	8日 事務局 仕事始め (PM) スマイル体操
	10日 三役会
	15日 若手委員会 新年会
	20日 市老連新年互礼会 (瀬戸センター)
	29日 女性委員会 幹事会
2月	7日 三役会
	10日 赤い羽根共同募金運営委員会 (すこやか)
	18日 芦品ブロック 市補助金説明会
	25日 西部ブロック 市補助金説明会
	26日 東部ブロック 市補助金説明会
	27日 沼南ブロック 市補助金説明会 老人大学 修了式
	28日 中央北・南・南部ブロック 市補助金説明会
3月	3日～4日 囲碁将棋大会
	7日 県東部四市連絡協議会
	10日 ブロック長協議会 若手委員会 幹事会
	14日 瀬戸老人福祉センター運営委員会
	17日 女性委員会 幹事会

【令和7年度】

4月	4日 三役会 監査会
	10日 理事会
	12日 令和7年度代議員会 (総会)
	14日 振替休館
	19日 女性代表 総会・研修会 若手委員会 総会・研修会
5月	21日 臨時三役会 (新役員)
	2日 老人大学運営委員会
	9日 市長及び議長への表敬訪問 若手委員会 幹事会
	12日 三役会
	15日 瀬戸老人福祉センター監査会
	19日 世界パラ会議 開会式 (古谷前会長)
	23日 女性委員会 幹事会
	26日 女性委員会 踊り練習
30日	瀬戸老人福祉センター運営委員会 (新旧委員)

報告 「三役会協議事項」

【令和6年度】

第10回 1月10日

- 令和7年度の日程確認について
- 令和6年度東部四市連絡協議会の開催について (福山市)
- 福山市高齢者虐待防止啓発講演会の開催について
- 新年互礼会について
- 県老連からのアンケートについて

第11回 2月7日

- 市補助金説明会の開催について
- 今後の日程の確認について
- 囲碁将棋大会の申込状況について
- 東部四市連絡協議会について
- 新年互礼会の実施報告

第12回 2月28日

- 囲碁将棋大会の参加者について
- 県東部四市連絡協議会の出席者について
- 3/10ブロック長協議会について

第13回 4月4日

- 令和7年度代議員会総会について (議事の確認)
- 4/10理事会について
- 市の定期人事異動の関係分の報告

【令和7年度】

臨時会議 4月21日

- 令和7年度市関係機関等役員の案について
- 県老連の事務局長会議の資料について
- 市の定期人事異動の関係分の報告

第1回 5月12日

- 令和7年度代議員会総会の反省事項について
- 理事会の開催について (委任状の伝達)
- 新旧役員の引継懇親会について
- 会報誌180号の内容について
- 中・四国ブロックリーダー研修会について

原稿募集

ただいま「福山市老連」では、学区だより、クラブだより、奉仕活動などの体験記、随筆、俳句など文芸の投稿をお待ちしております。投稿はお一人様原則1件とし、500字以内 (ただし俳句、川柳など文芸についてはそれぞれ2件以内)。お名前、電話番号、クラブ名を明記してください。

次号「181号」は令和7年10月発行です
締切は9月5日 (金)

投稿先

〒720-0816
福山市地吹町12-7 福山市老人クラブ連合会事務局
電話・FAX (084) 924-0186

《編集委員》

藤井 勲	佐藤 初	松本恵美子
田守 豊	中山 正志	升田 忠道
山本 康夫	兼本 博之	松葉 五三
三木 正男		

市老連のホームページ見てね!!!

令和5年の4月1日から「福山市老人クラブ連合会」ホームページの運用を開始しています。ご自宅にパソコンやスマートフォンをお持ちの方は、「福山市老人クラブ連合会ニュース」で検索してみてくださいね。旬な話題やタイムリーな行事など、会員の皆様のタメになる情報を第一に更新していきますので、ご期待ください。



福山市老人クラブ連合会ホームページ

福山市老人クラブ連合会ニュース



検索!

スポンサーへのお礼

会報「福山市老連」発行に際し、広告協賛のご理解を賜り、誠にありがとうございました。心よりお礼申し上げます。皆様方のご厚意に報いるために、会報の充実・情報の共有化と会員相互の連帯の強化に一層努めてまいります。今後とも、末永くご指導、ご支援をいただきますようお願いいたします。

福山市老人クラブ連合会

不等号ナンプレ 答え

4	<5	<7	>1	<3	>2	<6
△	▽	▽	△	<5	>1	<2
▽	>3	<6	<4	<5	>1	<2
1	<2	<5	<6	<4	<7	>3
△	▽	▽	△	<7	>6	>5
3	>1	<4	>2	<7	>6	>5
△	<7	>1	<5	>2	<3	<4
▽	▽	▽	▽	▽	△	△
5	<6	>2	<3	>1	<4	<7
▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽
2	<4	>3	<7	>6	>5	>1

答え: 5+3=8

編集後記

歴史作家であり、小説家、評論家でもある塩野七生さんは、歳を取るといことは、自分の可能性を絞っていくことで、男も女も、可能性を絞るといのは、可能性の限界を知ることである。集中すべき的をあくまで絞り込むということだと言われています。

高齢になっても、これをしようというのを絞り、自分の可能性を求めていく生き方に挑戦したいですね。

「人間」という漢字は、「人」はいつだって「間」に合うことです。いつでも、これからのことです。いつだって人は間に合う、人は生まれ変わることが出来ます。生きていく間に、何度でも、何度でも本気になったときに変わります。また「歩」という字は、止まるが少なくないと書きます。人生において、どこまで進むかは問題ではありません。大切なのはスピードでなく、ゆっくり、ゆっくり歩み続けることです。まわりの風景を楽しみながら、ゆっくり、ゆっくり歩いていきましょう。

困難の無い人生は 無難な人生
困難の有る人生は 有難い人生

(事務局・塚本)

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

医療法人紅萌会 福山記念病院

【診療科目】

内科(循環器・消化器・肝臓・糖尿・漢方)
外科(消化器・肛門)・整形外科
脳神経外科・形成外科
リハビリテーション科

福山市港町1丁目15-30
☎084-922-0998

福山記念

検索



介護老人保健施設 ビーブル春秋苑
TEL:084-928-5800

介護老人保健施設 ビーブルかなべ
TEL:084-960-0881

サービス付き高齢者向け住宅
ロイヤルケア港町
TEL:084-927-3710

グループホーム 春
TEL:084-973-3131

金、ジュエリー、ブランド品高価買取!

買取大吉
KAITORI DAIKICHI

買取大吉 福山多治米店
福山市多治米町2-10-1

TEL080-9796-5728

営業時間 10:00~19:00 年中無休(年末年始除く)

電話の相手は
本物ですか?

留守番電話で詐欺対策!

詐欺の犯人は、息子や孫、区役所職員や警察官などを名乗り、嘘の電話をかけてきます。家にいるときも留守番電話をセットし、相手を確認してから電話に出るようにしましょう。また、お金の話が出たら、一度電話を切ってかけ直しましょう。「すぐに振り込んで欲しい」「還付金があります」「通帳(カード)を確認したい」「今から行く人にお金を渡して欲しい」などの言葉には要注意。電話の相手が本物が確認を!

あやしい電話があったらすぐに警察に相談を!

