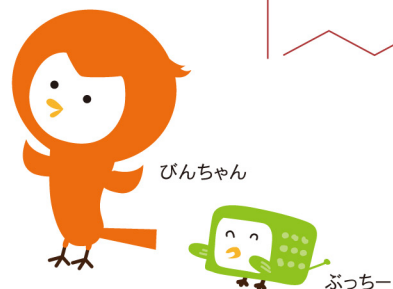


FMふくやま ラジオコラボマガジン

RB

RADIO BINGO FM77.7MHz



秋号 2025
10.11.12月
Vol.92 クーポン付き



プレゼントもいっぱい!!
Take free
¥0

MODEL HOUSE

見学予約受付中

シューズクロークや和室、
回遊性のある家事動線など、
暮らしやすさをデザインした
2階建ての『草戸モデルハウス』を
公開中!

YouTube公開中



タナカホームズ / 新築・注文住宅



QRコードからのWEB予約 & 初回来場で

QUOカード
最大 **10,000** 円分
プレゼント!!

※キャンペーンには所定の条件がございます。詳しくはHPをご確認ください。

福山市
草戸

動線と家事ラクをデザインした、
暮らしの工夫が光る家



動線に配慮した一体型LDK。リビング・ダイニング・キッチンが一直線であって、家事もスムーズ。家族の会話も自然と弾むレイアウトです。



回遊動線が叶うキッチンレイアウト。フロントオープン食洗器、シンクまわりのコンセント、手が届きやすいダウングラブキャビネットなど、“あったらうれしい”が揃ったキッチン。



玄関からつながる洗面化粧室。花粉や汚れをリビングに持ち込むことなく生活できます。



来場特典



キャンペーン実施中!!

サイコロの出た目の数だけ
箱ティッシュ
プレゼント!!

ご成約特典

地盤保障キャンペーン
最大 **100** 万円分

※オプション内容や詳しい情報は店舗スタッフまでお問い合わせください



タナカホームズ

タナカホームズ 検索 <https://www.tanaken.co.jp/>

株式会社タナカホームズ 広島県廿日市市宮内1522-2 2F TEL:0829-38-2780
国土交通大臣(2)第9633号 (公社)広島県宅地建物取引業協会会員 中国地区不動産公正取引協議会加盟

お問い合わせはこちら ▶ [福山店]
0120-084-330

●〒721-0974 広島県福山市東深津町1丁目23-34
●定休日/水曜日 ●受付時間/10:00~18:00(お電話随時受付中)



見学会で園の雰囲気を感じてみよう!!

幼稚園・こども園
ガイド



レディオBINGOをスマホで聴こう! 無料スマホアプリ Radimo(レディモ)



甘味処 尾道さくら茶屋

尾道市東御所町3-3

☎ 0848-23-5107

営:11:00~18:00

休:火曜・水曜

(祝日の場合は営業)



季節の味をたっぷりのせた
団子でほおぼる秋の幸せ!



むらさき芋団子 220円
栗団子 220円
カボチャ団子 220円

秋季
限定

※販売時期・価格は気温などにより
変動する可能性があります。詳細は
Instagramをご確認ください。



これも食べたい!

★猫パフェダブル／880円

“猫の町”尾道にぴったりな、猫の顔のアイスが
かわいいパフェ。顔はバニラ、チョコ、黒ゴマ
から選べて、わらびもちや肉球クッキーなど、
さまざまな味わいが楽しめる人気スイーツ。

栗大福 240円

秋季限定 9月中旬～12月上旬



甘く煮上げた旬の大粒栗を、栗に合うよう餡子を柔らかく炊き上
げ、ふわっともちもちの生地で丁寧に包み込んだ贅沢な秋限定の
「栗大福」。ひと口かじれば、栗の香ばしさと餡のやわらかな甘みが
とろけるように広がり、もっちりとした生地がそのおいしさを引き立
てます。秋の味覚をほおぼる幸せを、贈り物や自分へのご褒美に。

虎屋本舗



福山市曙町1-11-18

☎ 084-954-7455

営:8:30～19:00

※日曜日～18:00

休:元日のみ



尾道駅からすぐの『甘味処 尾道さくら
茶屋』では、団子を洋風と融合させた
秋限定団子が味わえます。米粉100%
の団子は、表面はカリッと、中はもち
もちの絶妙な食感。焼きたての香ばし
い団子に、かぼちゃ・栗・むらさき芋の
濃厚なあんが絶妙に絡み合い、一口
ごとに秋の味わいが広がります。素材
の旨みが引き立ち、最後まで飽きず
に楽しめる贅沢なおいしさです。

いもくりなんきん、秋の味覚が勢ぞろい。
旬のスイーツがずらりと並び
この季節だけの贅沢。
秋だけの限定商品も盛りだくさん!
今だからこそ味わえる特別な味を楽しみに
さあ出かけよう!

食欲の秋を存分に味わう
ほっと心がゆるむ、おいしい時間



だって食欲の秋だもの!

いもくり
なんきん
秋の味覚

ほくほく甘い秋の味 覚に心まで満たされる
そんなスイーツを たっぷりご紹介!



これも食べたい!

★備後御栗利休／1,620円

渋皮栗を栗きんとんの上に敷き詰め、その上か
ら自家製羊羹を薄く流し、金粉をあしらった艶
やかな栗菓子。異なる栗の食感と風味が織りな
すモダンな一品でファンの多い人気菓子。

ばら公園通り
マロンドール

福山市多治米町1-6-11

☎ 084-954-0925

営:10:00～19:00

休:火曜日・第1月曜日

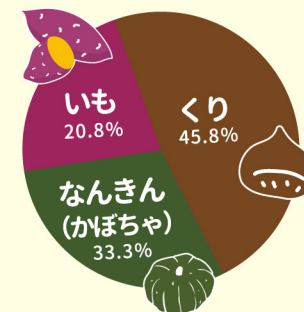


緊急
アンケート!

エフエムふくやまスタッフに聞きました!

“いもくりなんきん”どれが1番好き?

なんと「くり」が多数派!! モンブランなどのス
イーツ人気が高く、手間のかかる素材だからこ
そ特別感も支持の理由に。続く「なんきん(かぼ
ちゃ)」は、料理への応用力があり、甘みやほっこ
り感が好評。“小さい頃おばあちゃんに、かぼ
ちゃを食べると美人になるよと言われたから”
との面白い意見も。僅差の「いも」は、秋の定番
焼き芋が、根強い人気を感じさせる存在。
どの秋の味覚も、ホクホク・ねっとり・しっとり
と様々な食感が楽しめ、おかずにもスイーツにも
なる万能さが人気の理由でした。
秋の三大味覚あなたの推しはどれ?!



濃密な栗が豊かな余韻を舌に残す
心ほどける秋のごほうびモンブラン

“黄金色の栗”を意味する店名『マロ
ンドール』を象徴する特別なモンブ
ラン。黄金色に輝く美しいフォルム
に、大粒の栗が贅沢にのった華やか
な一品。フランス産の栗をふんだん
に使い、芳醇なりキュールを効かせ
た濃厚なマロンクリームと、サクッと
香ばしいタルトの組み合わせが最
高で、ひと口ごとに幸せが広がります。
栗の魅力を余すことなく堪能で
きる、贅沢なご褒美スイーツ。



金のモンブラン 648円

これも食べたい!



秋冬
限定

★スイートポテト／626円

10月から販売予定の、鳴門金時のス
イートポテト。ほっくり甘いさつまいも
と栗の贅沢な組み合わせ。タルトの中
にごろっと栗が入り、季節感をたっ
ぷり味わえます。



愛媛県城川産の最高級の栗を
使ったモンブランがクリスマス
特別仕様でホールケーキに。濃厚
な和栗と華やかなデコレーション
が、聖夜を贅沢に彩ります。予約開
始は11月から予定されているの
で、早めにチェックして。

※写真は昨年のものです



焼き芋 / 400円〜

食物繊維、ミネラル、ビタミンが豊富な焼き芋は、ヘルシーなのに蜜がたっぷりでおいしい。食べるたびに焼き芋の奥深さに驚かされます。

10月〜販売

絶品!!

店主が開発したオリジナルの焼き芋機「ロケット焼き芋機」。炭火を使って焼きあげるの、中心からじっくり火が通り、さつまいも本来の甘さを最大限に引き出します。



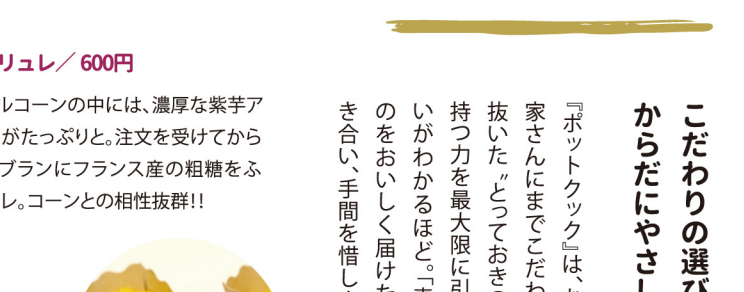
おいも専門店



NEW

モンブランのブリュレ / 600円

パリッと香ばしいワッフルコーンの中には、濃厚な紫芋アイスと自家製生クリームがたっぷり。注文を受けてから丁寧に絞るお芋のモンブランにフランス産の粗糖をふり、表面を香ばしくブリュレ。コーンとの相性抜群!!



野菜のスイーツポテト / 350円

県内産の野菜にこだわり、その野菜を主役にした無添加スイーツポテト。栄養たっぷり、乳・卵・小麦粉不使用。野菜が苦手なお子さまにも親しまれる味わい。

お芋のスイーツ専門店 POTCOOK (ポットクック)

福山市駅家町万能倉989-15
☎ 080-2259-5176
営: 10:00 ~ 16:00 (木 ~ 土曜日)
休: 日 ~ 水 ※イベント出店により、臨時休業となる場合があります。情報はInstagramをご確認ください。

プレゼントあり!



『ポットクック』は、おいも専門店として品種や産地、農家さんにまでこだわり、店主が現地でひとつひとつ選び抜いた「とっておきの芋」だけを仕入れています。素材の持つ力を最大限に引き出した焼き芋は、ひと口でその違いがわかるほど。「素材の“旬”を大切に、身体にいいものをおいしく届けたい」。その一心で、素材とまっすぐ向き合い、手間を惜しまず心を込めて作り続けています。

こだわりの選び抜いた芋と、地元旬素材で、からだにやさしいスイーツに!

しっとりとした渋皮煮と甘露栗の贅沢な二種の栗と、渋皮栗アイスを使用した贅沢栗三昧の「モンブランパフェ」。和の技法で丁寧に仕上げた濃厚な味わいに、名脇役のつぶあんトッピングが栗の風味をさらに際立たせます。カフェ併設の川口店・東尾道店限定の秋メニュー。

二つの栗とつぶあんが織りなす 和が薫るモンブランパフェ

御菓子所 勉強堂 川口店 (Cafe併設)
福山市川口町4-12-22
☎ 084-971-7725
営: 店舗 / 9:00 ~ 18:00
Cafe / 11:00 ~ 16:30 (LO16:00)
休: 不定休

プレゼントあり!






かぼちゃプリン 350円

数量限定

秋季限定 9月上旬 ~ 11月下旬

こつくり甘い濃厚プリン! かぼちゃの甘さをぎゅっと凝縮

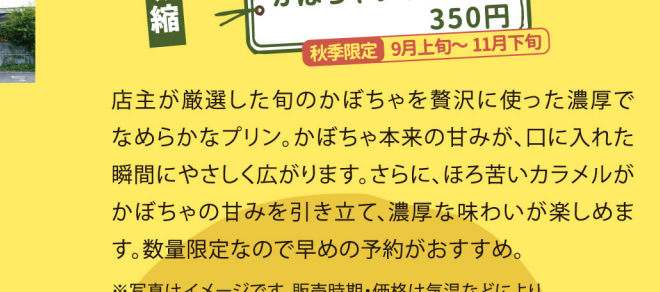
食べなきゃ損!



これも食べたい!

＊とろーりぽていと / 378円

鳴門金時の自然な甘みとバターが調和した、なめらかでしっとりとしたスイーツポテト。素材の風味を生かした上品な甘さで、世代を問わず親しまれる逸品です。※全店舗で取扱あり



＊マロンパウンド / 2,500円(1本)

キャラメルパウンド生地に渋皮栗がゴロゴロ入った人気商品。上にダークワーズ生地を乗せることで外はサクッ、中はしっとり食感で、大きな栗が贅沢感を演出。他にも「塩バニラパウンド」など、クセになるおいしさがラインアップ。

＊1本単位で販売。写真はカット済みのイメージ。

これも食べたい!

モンブラン パフェ 1,100円

秋季限定 数量限定

※取扱いの原材料価格によりパフェ金額の変更がある場合があります

しゃらの樹

福山市水呑町三新田2-408
サトウビル102
☎ 084-999-4015
営: 10:00 ~ 19:00
休: 不定休

※店のInstagramにて要確認

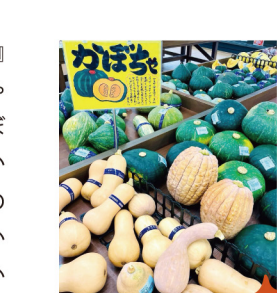



案りの秋 地元から

秋の収穫が続々はじまる! 畑から食卓へ、とれたて旬の味覚が大集合!

秋の味覚が集まる『FUKUYAMAふくふく市』では、9月後半頃から様々な品種のかぼちゃが並びます。えびすなんきん・坊ちゃんかぼちゃ・マロンなんきん…など、この時期にしか出会えないかぼちゃを手にとってそれぞれの魅力を感じてみて。中でも、「バターナッツかぼちゃ」はポタージュやグリルに、「ロロンかぼちゃ」は煮物や天ぷらにぴったりです。

また地元・山野町産を中心に、JA福山市内の栗が豊富に揃い売り場を賑わせます。他にも地元産の旬の味覚との出会いを楽しみに、秋の彩りを探しに行こう!





秋のごちそうが揃っている

FUKUYAMAふくふく市

福山市千代田町1-2-41
☎ 084-999-8060
営: 9:00 ~ 18:00 休: 年始(元日 ~ 5日)



Check 今日のご褒美、抹茶にする?

福山駅近くの日本茶と茶道具の専門店『今川茶舗』が誇る「抹茶ぜんざい」。宇治・山政小山園のほろ苦く香り高い抹茶と北海道産ゆであずきが織りなす、すっきりとした甘さが特徴。抹茶の豊かな風味と、あずきのやさしい甘さが絶妙に調和し、上品な味わいに仕上がっています。ふつくら焼き上げたお餅とほっくりとした栗の甘露煮を添え、見た目にも華やかで、秋のひとときに心満たす一品です。

今川茶舗
福山市伏見町4-14
☎ 084-922-1013
営: 10:00 ~ 18:00
今茶かふえ / 11:00 ~ 17:30 (LO17:00)
休: 日曜日・祝日




ほっと一息、心に染みる 至福の抹茶ぜんざい

抹茶ぜんざい (ほうじ茶・昆布茶付き) 900円

秋冬限定 ~2026.3月末(予定)



「世の中になくはないものをつくる」を合言葉に、世界中で活躍する半導体ウエハ搬送ロボットを製造

半導体・FPD関連装置メーカー・ローツエを創業した崎谷文雄は、終戦直前の1945(昭和20)年4月、岡山県小田郡大江村(現井原市大江町)で生まれました。小学生の頃、鉱石ラジオを見て電気や電子回路に興味を持ち、中学生の時にラジオの分解修理を目にし、電子工学の道に進むことを決意。大学に進学しましたが、座学中心のため失望し中退。その後、専門学校で学び、テレビの修理の仕事に就きました。しかし、将来性がないと考え、働きながら静岡大学工業短期大学の夜間部で、コンピュータと電子回路を学びました。

1973(昭和48)年、半導体の後工程を行うサン電子株式会社(福山市沖野上町)に入社。1975(昭和50)年、写真フィルム現像所を

ベレストの南に連なる山の名に因み、社名を「ローツエ」と命名しました。ウエハ「半導体製造に使われる薄い円盤状の基板」は、当時はベルト搬送が主流で塵の付着が問題でした。文雄の開発した世界初のウエハ搬送クリーンロボットは、全く塵を出さず搬送できたため、国内のみならず海外からも指名買収されました。

また、文雄は、ベンチャーキャピタルを有効活用して事業を急成長させ、1996(平成8)年に本社を神辺町道上に移転。同年、シンガポール、台湾、ベトナム、アメリカ4か国に進出。翌年に韓国、現在は中国、ドイツにも拠点を置き、グローバルに事業展開しています。2015(平成27)年、娘婿の藤代祥之が2代目

社長に就任、文雄は会長となりました。翌年、東証一部に上場を果たした後、文雄は相談役に退き、後進の育成や講演活動、将来を担う子供たちに「ものづくりの楽しさや」創意工夫の大切さを伝える活動に取り組んでいます。

ローツエは創業以来、年平均20%超の高成長を続け、社員のスキルアップを積極的に支援。報奨金を含む、功績を重視したローツエの年間給与は、今や平均1千万円を超え、中四国地方の上場企業トップとなっています。文雄は、「世の中になくはないものをつくる」を合言葉に徹底して技術を磨き、数多くの特許を取得。デュアルアームロボット等、世界初の製品を生み出し、特にウエハ搬送装置で世界一のシェアを誇る、連結売上高1244億円(2025年2月期)の大手半導体関連装置メーカーを一代で築き上げました。

備後の経営者群像

vol. 7

備後の経営者たちが、市場環境等の変化にどのように対応したのか、その実績を紹介します。

執筆 田中 宏行
エフエムふくやま 専務取締役局長



写真提供：ローツエ株式会社

ローツエ
創業者
崎谷 文雄
さきや ふみお
(1945-)

風邪の主な原因ウイルス

●ライノウイルス ●コロナウイルス ●RSウイルス など

※インフルエンザ：「流行性感冒」とも呼ばれ、広い意味では風邪の一種と考えられることもありますが、高熱や全身倦怠感などの全身症状が特徴で、別の疾患として扱われます。※新型コロナウイルス感染症(COVID-19)：コロナウイルスの変異型(SARS-Co-2)で、再び流行傾向にあります。高齢者や基礎疾患がある人は重症化しやすく、風邪と同様の注意が必要です。

風邪知らずの体へ!

免疫力UPのための生活習慣

食事

体を温める以下の食材を取り入れることで血流がよくなり、免疫細胞がスムーズに全身をパトロールできるようになります。

- 冬が旬または寒い地域で穫れるもの(ネギ、白菜、ほうれん草、れんこんなど)
- 発酵食品(味噌、納豆、ヨーグルトなど)
- 未精製の食材(玄米、雑穀米、黒糖など)

運動

- 1日20～30分、少し息があがるくらいの運動を行う
- ストレッチや筋トレ、家事など、短時間でも身体を動かす

睡眠

- 1日6～7時間程度の睡眠をとる
- 太陽の光を浴びる
- 睡眠前のスマホ、PCの利用を控える
- 毎日同じ時間に寝て、同じ時間に起きる
- 睡眠前のカフェイン・アルコール・喫煙を控える
- 就寝前はリラックスする



風邪予防の鉄則



- ① 人混みや繁華街への外出は避ける
- ② 外出時には丁寧な手洗い・うがいをこまめに行う
- ③ 外出先ではマスクを着用する
- ④ インフルエンザは、流行前に予防接種をする
- ⑤ 部屋は適度な湿度(40%以上)を保つ
- ⑥ 窓を開けてこまめに換気をする



中国労働衛生協会では、毎月「健康だより」を発行しています。協会HPからご覧いただけます。

肌寒く感じたら、風邪にご用心!

今から始める

風邪予防

暑さが和らぎ、待ち遠しかった秋もすぐそこ。この時期は風邪をひく方が増えてきます。今回は、風邪予防のポイントをご紹介します。

まずは風邪とは?

正式には「感冒」(以下「風邪」と呼ばれ、ウイルスなどの病原体が体内に侵入し、細胞内で増殖することで鼻やのどなどに急性炎症が起こることをいいます。「風邪症候群」とも呼ばれています。感染した人の咳やくしゃみから出る飛沫のウイルスを吸い込んだり(飛沫感染)、感染している人の粘膜や鼻水、唾液、ウイルスがついた物に触れた手で自分の鼻や口に触れたりすること(接触感染)で感染します。免疫力が低いと、風邪をひきやすくなり、ひいた後も重症化しやすくなるため、免疫力を高めるための生活習慣を心掛けましょう。

Checkしてね!



中国労働衛生協会では働く方の健康診断はもちろん地域住民の健康診断も対応します!

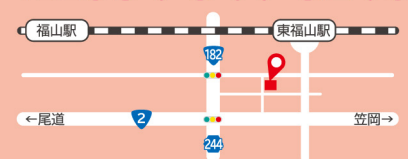
公益財団法人 中国労働衛生協会

福山本部健診センター



福山市引野町5丁目14-2

TEL084-941-8210



ご予約・お問合せ



その他健康情報もこちらから



施設健診・巡回健診
対応できます

公益財団法人 中国労働衛生協会

福山北部健診センター



福山市御幸町森脇714-1

TEL084-993-9495



2024年
CO2
年間削減量
3,373トン!

サイクリングに
気持ちいい
季節になってきたよ

地球温暖化防止のためにクルマの使い方を考えてみませんか?
備後のCO2削減『ベスト運動』

エコ通勤で地球も私も Smile!

備後・井笠の渋滞緩和・エコ移動
ベスト
best運動

【ベスト運動の参加方法】

1. ベスト会員に登録
https://m777.co.jp/

2. 月に1回以上、
自由な方法でエコ移動
電車やバス、自転車などの利用
渋滞時間を選ばず車で時差出勤など

3. 翌月はじめにネットで報告

4. 報告した人の中から毎月抽選で
プレゼントが当たります

福山の偉人、
わかるかな?
どんな偉業を
成し遂げた人物か
調べてみよう!

1
2
3
4

福山都市圏交通円滑化総合計画推進委員会事務局 ベスト運動通信 vol.30

皆さんは、グリーンスローモビリティが福山市で活躍
中なのをご存じですか? 福山市にはグリーンスローモ
ビリティ、通称「グリスロ」と呼ばれる、環境にやさしい
公共交通があります。
グリスロは、時速20km未満で公道を走ることができる
電動車を活用した小さな移動サービスで、電動車なので
走行中にCO2を排出しません。そんなグリスロが、鞆の浦
などで運行されており、地域住民のお買い物や通院時、
観光客の移動手段として活用されています。日常生活か
ら観光まで対応できるなんて、まさに二刀流!!
福山市内で走っているグリスロは、普通のバスやタク
シーに比べると格段に小さいサイズの可愛いクルマで
すが、小さいけれどとてもパワフル。だから細い坂道の
路地なども走行できるのです。パワーがあっても排気ガ
スは出ないので、環境面でもとっても優等生です。
普通の車と違って側面のドアがない
ので乗り降り便利で開放的。これからの
季節はとても快適に移動が楽しめます。
公共交通機関という、通勤・通学
や旅行などで中長距離を移動するも
のというイメージがありますが、こう
いう街の限られたエリアで
人々の移動を支えている小さ
な公共交通もあるんですね。ぜ
ひ一度利用してみてください。

【ベスト運動】とは
自動車交通量を調整することにより、交通渋滞緩和や自動車から排出されるCO2を削減することを目指す会員制のエコ移動運動です。日頃のマイカー利用を見直し、無理なく楽しく取り組める地域の運動として、福山都市圏で実施しています。
【福山都市圏交通円滑化総合計画】とは
交通渋滞の激しい福山市中心部やその周辺地域において、道路整備などのハード対策と、公共交通の利用促進などのソフト対策を組み合わせる総合的な計画で、交通環境を改善するために策定されたものです。
※福山都市圏とは、この計画では
福山市・尾道市・府中市・笠岡市・井原市のことを指します。
◎お問い合わせ 福山市 建設局都市部 都市交通課 ☎084-928-1161
詳しくは

すでに22,400人が
参加しています!

10月は「ベスト運動」強化月間!
10月中旬にベスト運動に新規登録され
た方、及び10月のベスト運動参加状況を
11月の報告依頼メールで報告された方
を対象に、いつもの宿泊券や食事券等
に加えて景品を追加します。
◎期 間:2025年(令和7年)
10月1日(水)~31日(金)
◎対象者:ベスト運動会員で10月の参加
状況を11月10日(月)までに報告された方、
または10月中旬に新規会員に登録された方
◎景 品:交通系ICカード ICOCA
2,000円分×25名様
(500円分デジポット含む)
※景品は変更となる場合があります。

交通ICカード 6名様
ICOCA 2,000円分
(500円デジポット含む)
JRのきつぷの機能をICカードにプラス
したカード。一部の他交通事業者でも
使えるほか、加盟店でも電子マネー
として利用可能。
※ファンカードベスト会員に登録済みの方、なおかつベスト運動の参加状況を報告された方の中から自動的に抽選されます。

5,000円分お食事券 各1名様
■焼肉 焼肉・冷麺 てんすい
福山市昭和町4-11 ☎084-921-9189
■居酒屋 お食事処 おの
福山市延広町2-18 ☎084-921-9918
■洋食 洋式料理とハンバーグのお店 EST
福山市神辺町川北999-1 ☎084-965-6753
■イタリアン MONDOVINO SOCIAL CLUB
福山市南手城町2-14-23 ☎084-982-7945

ペア宿泊券 各1名様
香川県 こんびら温泉郷
ことひら温泉
琴参閣
香川県仲多度郡
琴平町685-11
☎0877-75-1000
島根県 亀嵩温泉
亀嵩温泉
玉峰山荘
島根県仁多郡
奥出雲町亀嵩3609-1
☎0854-57-0800
愛媛県 ひうちなだ温泉
休暇村
瀬戸内東予
愛媛県西条市
河原津
☎0898-48-0311
愛媛県 道後温泉
道後プリンス
ホテル
愛媛県松山市
道後姫塚100
☎089-947-5111
広島県 広島市
グランド
プリンスホテル広島
広島県広島市
南区元宇品町23-1
☎082-256-1111
山口県 萩温泉郷
萩焼の宿
千春楽
山口県萩市
堀内菊ヶ浜467-2
☎0838-22-0326

地域の89企業・団体が皆さんの運動を
応援しています。

大和建設株式会社
学校法人 福山大学
大和建設株式会社
学校法人 福山大学
大和建設株式会社
学校法人 福山大学

タカオ株式会社
福山通運
タカオ株式会社
福山通運
タカオ株式会社
福山通運

医療法人 辰川会
山陽病院
医療法人 辰川会
山陽病院
医療法人 辰川会
山陽病院

T・M Construction Co., Ltd.
MITSUBISHI ELECTRIC
T・M Construction Co., Ltd.
MITSUBISHI ELECTRIC
T・M Construction Co., Ltd.
MITSUBISHI ELECTRIC

ASAHI ASAHI GROUP
TERAL テラル株式会社
ASAHI ASAHI GROUP
TERAL テラル株式会社
ASAHI ASAHI GROUP
TERAL テラル株式会社

かんぽ生命 福山支店
NITTO 日産 株式会社
かんぽ生命 福山支店
NITTO 日産 株式会社
かんぽ生命 福山支店
NITTO 日産 株式会社

株式会社 キンク、食品
備前ハイフーズ株式会社
株式会社 キンク、食品
備前ハイフーズ株式会社
株式会社 キンク、食品
備前ハイフーズ株式会社

株式会社 サカイ
公益社団法人 広島県バス協会
株式会社 サカイ
公益社団法人 広島県バス協会
株式会社 サカイ
公益社団法人 広島県バス協会

JFE スチール 株式会社
(株)ビンショー
JFE スチール 株式会社
(株)ビンショー
JFE スチール 株式会社
(株)ビンショー

鈴与カーゴネット
福山商工会議所
鈴与カーゴネット
福山商工会議所
鈴与カーゴネット
福山商工会議所

(株)青山キャピタル
(株)山陽テクノサービス
中国矢崎サービス(株)
福山市農業協同組合
(株)青山キャピタル
(株)山陽テクノサービス
中国矢崎サービス(株)
福山市農業協同組合
(株)青山キャピタル
(株)山陽テクノサービス
中国矢崎サービス(株)
福山市農業協同組合

(株)A S L A B O
(山陽)パッケージシステム(株)
(公財)中国労働衛生協会
福山熱煉工業(株)
(株)A S L A B O
(山陽)パッケージシステム(株)
(公財)中国労働衛生協会
福山熱煉工業(株)
(株)A S L A B O
(山陽)パッケージシステム(株)
(公財)中国労働衛生協会
福山熱煉工業(株)

機井並バスカンパニー-福山営業所
機井並バスカンパニー-福山営業所
機井並バスカンパニー-福山営業所
(株)一条工務店広島
品川ロコー(株)
西日本旅客鉄道(株)
復建調査設計(株)福山支店
機井並バスカンパニー-福山営業所
機井並バスカンパニー-福山営業所
機井並バスカンパニー-福山営業所
(株)一条工務店広島
品川ロコー(株)
西日本旅客鉄道(株)
復建調査設計(株)福山支店
機井並バスカンパニー-福山営業所
機井並バスカンパニー-福山営業所
機井並バスカンパニー-福山営業所

(株)一条工務店広島
品川ロコー(株)
西日本旅客鉄道(株)
復建調査設計(株)福山支店
(株)一条工務店広島
品川ロコー(株)
西日本旅客鉄道(株)
復建調査設計(株)福山支店
(株)一条工務店広島
品川ロコー(株)
西日本旅客鉄道(株)
復建調査設計(株)福山支店

一心グループ(株)
しまなみ信用金庫
萩野村鍍金福山工場
(株)丸八
一心グループ(株)
しまなみ信用金庫
萩野村鍍金福山工場
(株)丸八
一心グループ(株)
しまなみ信用金庫
萩野村鍍金福山工場
(株)丸八

(株)ウェスコ広島支社
シャープ福山レザー(株)
馬場工業(株)
(株)明乳松浦
(株)ウェスコ広島支社
シャープ福山レザー(株)
馬場工業(株)
(株)明乳松浦
(株)ウェスコ広島支社
シャープ福山レザー(株)
馬場工業(株)
(株)明乳松浦
(株)ウェスコ広島支社

NX 備 通 (株)
JAZZ SPOT DOU
早川ゴム(株)
(株)明和工作所
NX 備 通 (株)
JAZZ SPOT DOU
早川ゴム(株)
(株)明和工作所
NX 備 通 (株)
JAZZ SPOT DOU
早川ゴム(株)
(株)明和工作所

2025年(令和7年)期協賛企業、団体:50音順ほか13社 計89社

10

9



3

Select 4

秋のおでかけ本

童心社
『14ひきのあきまつり』
いわむら かずお
ねずみの兄弟が秋の森でかくれんぼ。ページをめくるたびにあらわれる鮮やかな秋、小さな秋に癒されます。美しい秋の風景を探しに出かけたい絵本です。



4

KADOKAWA
『食べて、歩いて、また食べて
大人のひとり旅の始め方』
孤独のまちこ
登場してくるご当地の食べ物
が魅力的!旅のプランの立て
方なども紹介されており、まさ
にこれから“ひとり旅”を始めよ
うという方におすすめです!

啓文社 × レイオBINGO

【ブック・アンソロジー】

毎週火曜日19:00 ~ 20:00
再放送 毎週土曜日10:00~11:00
パーソナリティ:戸田雅恵



大和書房
『おでかけアンソロジー ひとり旅』
阿川 佐和子 他

日常から少し離れて、自分だけの時間を味わう“ひとり旅”をテーマにしたアンソロジー。ひとり旅の魅力がぎゅっと詰まった、読めばきつと出かけたくなる一冊。



2

幻冬舎
『山女日記』
湊 かなえ

秋の登山シーズン。頂上で絶景を見て思うのは、登り切った爽快感か、それとも感動の涙か…。それはきっと、この本を読み終わった感想と似ているはず。

BOOK

あなたの生活に本をプラス!

啓文社 × レイオBINGO



Recommend!
啓文社
ポートブラザ店
佐藤 玲子

この秋、
マルと一緒に
まだ見ぬ景色へ!

集英社
『かなしきデブ猫ちゃん
マルのはじまりの鐘』
早見 和真:文 かろう かりん:絵

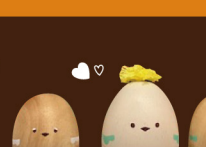
大きな体にハチワレ模様の猫・マルは、愛媛県の道後に暮らす猫でした。ひょんなことから愛媛県内を三度も旅したマルは、もっと広い世界を見てみたいと、船に乗って神戸にやって来ます。途中知り合った女の子からの頼みごとを引き受けたマルは、神戸から明石・姫路・城崎・丹波・淡路島と巡る旅のなかで、様々な仲間と出会い、美しい風景に触れていくのです。マルの旅する地はどこも魅力的で、実際にその景色の中に立ってみたいと思います。土地の歴史に思いを馳せながら、マルのように名物を夢中で味わうのも楽しそうです。マルは今、広島県内を旅する途中。私たちも、まだ知らない景色を求めて秋の日差しの中に出掛けませんか?



季節が深まるほど、くつろぎも深まる。
家時間を、さらに好きになる
冬の暮らしにやさしい彩りを!



くるくるブッシュトイ
おっとりEllie-エリー-



たまごマラカス
おしゃべりPeckys-ペッキーズ-



まわるおきあがりこぼし
おとぼけTeddy-ティディ-

“おめでとう”の気持ちを、やさしいおもちゃに込めて。

ルオーゴの赤ちゃんおもちゃは、見た目のかわいらしさだけでなく、安心・安全にもこだわったセレクトをしています。出産祝いやお誕生日など、大切な節目に贈るギフトとしてもぴったり! 贈る人の想いが、赤ちゃんの笑顔につながりますように♪



暮らしに
ぬくもりを添える
アイテムも充実!



寒い季節こそ、
雑貨の力で
心まであたためよう♪

Lu-go
produce by sogou
ル・オーゴ

あなたの
「お気に入り」をみつけませんか?

フォロー
3,000人突破!

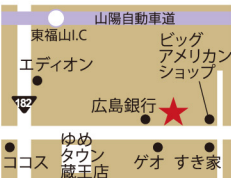


CHECK! /



084-999-5516

福山市南蔵王町5-17-36
営業時間 / 10:00 ~ 18:30
定休日 / 水曜日、第1・3火曜日
店舗前に駐車場あり



ゆめタウン蔵王店近く

TOURING SPOT
RIDER
RIDER
FUKUYAMA

おいしいご飯と飲み物
レトロなトイレコレクションに
囲まれた空間で
ゆったりとお寛ぎください

lunch menu

世羅産の美味しいお米と
十穀米をブレンドした
自慢の『焼きピラフ』

ツーリングスポットライダー・ライダー フクヤマ
福山市松永町3-7-25 ☎084-909-3355
営業日 / 金・土・日・祝日
営業時間 / 11:00 ~ 無くなり次第終了

体感を鍛え、からだのバランスを整えることのできるスポーツです

トランポリンクラブ | 小学生から大会を目指せます



Kamalei (最愛なるこどもたち)
Lino (光り輝く、結びつける)
広島県ではまだまだ競技人口が少ないトランポリン。体力作りをしたい子も、大会出場を目指してがんばってみたい子もまずは体験してみよう!

Kamalei Lino(カマレイ・リノ)

<トランポリン体験> 山本工業練習場 御幸町上岩成306-2
営/月・水19:00 ~ 20:15 HPよりご連絡ください



ばらのまち福山国際音楽祭に出場!

ジュニア合唱団 | 年長〜小中学生(ジュニアクラス)



福山オリビアジュニア合唱団は、合唱レッスンはもちろん、朗読・ダンスレッスンもあります。合唱活動を通して、自分の夢を叶える強い心身を育みます。「心から笑顔の歌声響かせて!」をモットーに頑張っています♪

福山オリビアジュニア合唱団【新団員募集中】

☎090・3174・8127(講師三原) 練習会場/県民文化センターふくやま
練習日/福山教室…土14:30 ~ 東福山教室…火18:00 ~ (2~5歳のキディクラス有)



憧れの楽器にチャレンジ!!

チェロ・コントラバス | 5歳から大人の方まで



楽しい!を大切に、一人ひとりに合ったレッスンなので楽譜が読めなくても大丈夫!憧れの楽器チェロ・コントラバスを、初級から音大受験レベルまで学べます。レンタル楽器(数量限定)もあるので安心。まずは体験を。

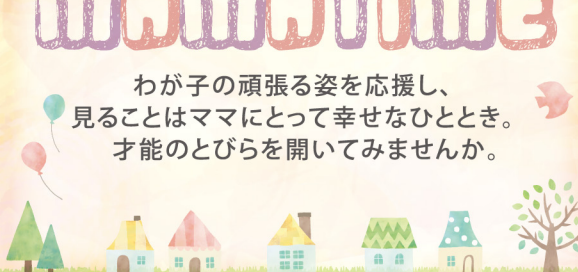
音工房CLAP【無料レッスン実施中】

☎080・3050・4943 府中市府川町323-5
営/毎日15:00 ~ 22:00(1レッスン30~60分)希望時間を相談ください



MAMATIME

わが子の頑張る姿を応援し、見ることはママにとって幸せなひととき。才能のとびらを開いてみませんか。



「楽しさ+AI」でやる気を引き出すスクール

スポーツクラブ | お子様楽しく学べる場所



おススメの最新レッスン動画はQRからチェック!!

ルネサンスでは、動画撮影による最先端の指導方法で、スイミングレッスンをしています。お子様はコーチの話を聞き、見て学び、自分で考えるので、自ら学ぶ力が自然と身についていきます。そのほか、体育教室・ダンスなど楽しく健康に学べる習い事をご用意しています。お子様の成長と健康のために、ぜひ一度体験を可能性を引き出してみませんか?

ジュニアSW特別体験会

- 日時 毎週土曜日9:00~9:45・12:00~12:45 毎週日曜日13:00~13:45 ●定員 10名
- 対象 3歳~10歳 ●泳力 水慣れ~けのび ●料金 1,100円(税込)

ジュニアスイミングの体験情報を知りたい方、動画活用レッスンの紹介ムービーを見たい方はコチラ▶

スポーツクラブ&サウナルネサンス 福山多治米24

☎084・953・5333 福山市多治米町1-14-15
営業時間/月曜~水曜・金曜 9:00 ~ 23:00 土曜日9:00 ~ 21:00
日曜・祝日 9:00 ~ 20:00 休/木曜日 フィットネスジムは24H営業実施中



あなたもラジオに出演しませんか? / みんなでつくる子育てラジオ

ママラン あなたの声が誰かの元気に!

番組に参加してくださる方大募集!

- ☑ 子育て中で誰かと話したい!
- ☑ 同じ悩みを共有したい!
- ☑ ラジオで話すことに興味がある!

みんなで子育てについて語りましょ♪

応募方法

- ①名前②連絡先③メールアドレスを明記の上、メール・Instagram DM・公式LINEよりお申込みください

✉mama@fm777.co.jp

ONAIR 子育て応援ラジオ「ママラン」
毎週火曜日 9:00~11:15 生放送



番組へのメールも待っています!

夢を叶えるためのメンタル出前授業 Dreams come true テツローのことは

本気と一生懸命 Vol.5

「一生懸命はダメ!」といわれたら、皆さんは「ん?」ってなりますよね。

以前の私は「一生懸命タイプ」でした。「一生懸命」は苦しくなっていくんです。そして行く果ては自滅ケガします。では「本気でいこう!」と言われたらどうでしょう。

「一生懸命」と「本気」では何が違うのかというと、例えば走る練習でキツくなってきた時、「一生懸命」は「あと何キロあと何本!」と「こなす」心に入ります。でも「本気」だと、無意識のうちに「レースの時どんなフォームなら速く走れるか、ストライドや腕の振りは!」と目的へ向けて具体的な目標を作り、更に「かつこよく案に速く走るために!」と発想し想像が広がるので、ワクワクしたり楽しくなっていくんです。もちろん、こなす時より目的が明確で丁寧なので怪我もしません。

「一生懸命」は雑になり、本来の目的とは別のものになっ てしまい疲れていきます。逆に「本気」は丁寧で正確なので、 どんどん楽しくなっていきます。

皆さんは、これからどう生きますか?

福元テツローは、今、「本気」で生きてます!

※「本気」はこの漢字を使います。
生命的エネルギー。心(心)を四方八方へ向け、脳(心)がグングン発動します。

「一生懸命」は雑になり、本来の目的とは別のものになっ てしまい疲れていきます。逆に「本気」は丁寧で正確なので、 どんどん楽しくなっていきます。

皆さんは、これからどう生きますか?

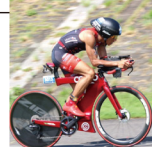
福元テツローは、今、「本気」で生きてます!

※「本気」はこの漢字を使います。
生命的エネルギー。心(心)を四方八方へ向け、脳(心)がグングン発動します。

皆さんの学校・会社でも出前講座しませんか?!

お問い合わせ(福元)
☎090-1353-6112

ラジオ番組
テツローのあきらめなければ夢100%
ONAIR 毎週水曜日 13:00 ~ 13:30
(第2・4水は再放送)
メッセージ: try@fm777.co.jp




福元テツロー/本名: 福元哲郎 ●1972年6月23日生 三原出身
プロトライアスリート(トライアスロン選手) 講師・講演家
「あきらめなければ夢100%」を体現し、そのマインドを発信!
田上工機㈱は、テツローさんの活動とみなさんの夢を応援します!

経営に差がつく! 税の知識が身につく! 人脈がひろがる!

税に関する絵はがきコンクール

「税に関する絵はがきコンクール」は、公益社団法人福山法人会女性部会を中心に行われています。毎年、福山税務署管内の小学6年生を対象に「税がどのように暮らしに役立っているか」をテーマに作品を描いてもらい、厳選なる審査後に天満屋ハッピータウンポートプラザ店に展示します。このコンクールは24年前福山で発祥し、今では全国各地で開催されています。

租税教室

こどもたちに税の重要性を正しく理解・関心を持ってもらうことを目的とし、福山市租税教育推進協議会と連携しながら青年部会・女性部会の会員が、福山市内の小学校を訪問。さまざまな工夫を凝らしたわかりやすい租税教室を実施しています。

良き経営者をめざすものの団体

公益社団法人 福山法人会

福山市西町2-10-1
福山商工会議所ビル4F
Tel.084-921-7815

認定こども園
学校法人 いちご幼稚園
蔵王町1360-1 ☎084-923-8265



学校法人 白ゆり幼稚園
河本学園
加茂町上加茂166-1 ☎084-972-6499



学校法人 出原学園
府中すばる幼稚園 すばる幼稚園
府中市出口町921-1 ☎0847-41-7887 駅家町江良640-1 ☎084-976-8876



学校法人 誠信学園
誠信幼稚園
川口町4-21-7 ☎084-953-6767



『一期一会』
全ての出会いに心をこめて

蔵王山近くに位置する自然の多い本園の子どもたちは、動植物に触れながら命の大切さや不思議を学んでいます。そしてことばの発達にあわせて自主性と自立心を養い、協調性や道徳心を身につけます。また音楽や絵画学習により創造力や表現する力を育て、情操豊かな心身ともに健康な子どもになってくれるよう願っております。

毎日の生活では、基本的な生活習慣(排泄、清潔、衣服の着脱、食事、睡眠)を身につけます。また、季節の行事を通して親子で楽しみながら安心できる環境づくりをしています。

入園見学会 随時実施中
お電話ください




豊かな自然環境の中、体験を通して心と身体を育てる

「生活を見つめ創造させる中で仲間とともにせいぜい生きている子ども」を教育目標とし、季節の行事を中心に様々な体験を通してバランスの良い教育をおこなっています。恵まれた自然環境の中、生きる力の源となる強い心や思いやりの気持ち、自ら考える力、そして時には我慢することも学び、協調性を身に付けます。一人ひとりに寄り添いながら、楽しい集団生活を送ります。

入園願書受付 11月4日(火) [8時~]
入園に関する相談見学、随時受け付けます。




輝く未来はここからはじまる

初めて出会う学校として、十分な自由遊びを通して「考える力」「やり遂げる力」「友達と協力する力」など小学生までにつけたい力を育みます。また、スイミング、英会話、お茶などの特別カリキュラムも満載。みんながスタートすれば、きつと好きなものが見つかるはず!!

たくさん経験が豊かなお子様の心に響きますように。輝く未来に第一歩を踏み出していきましょう。

園会 10月24日(金) 10時~
入説明 10月23日(木) 10時~
府中すばる幼稚園 特別カリキュラム(英語、タブレット学習の様子も見学いただけます)




絵画・造形で育てる
自信・学力・集中力

ばら写真会など受賞者最多
《2歳児クラス募集中》
2歳の誕生日を迎えられたよい子さんからお登園できます。
《希望日のみ登園可・バス利用可》
《満3歳児から募集》
3歳の誕生日を迎えられたよい子さんからお入園できます。
詳しい事は、お電話ください。
【全学年・お弁当給食・パン給食あり】
入園説明会 10月17日(金) 10時~11時30分
3歳・9歳・28歳
都合のつかない方はお電話ください。他の日時で対応いたします。




ママの心配事は、何でも相談してみよう!

- ・家族から離れられる?
- ・泣かずに行ける?
- ・トイレトレーニングが終わってない?
- ・朝が弱くて心配?
- ・早生まれで心身の成長の遅れが心配?

園では、子育て支援の機会を設けています。子育ての悩み、一人で抱えていませんか?

ネットで検索しても、一方的に情報を知るだけでなく、園の子育て支援等で悩みを口にしたら、同じように悩んでいる人がいたり、悩まなくていいことだったり、そこで知り合った人と友達になったり。

お気軽に各園で実施している子育て支援に行ってみるのもいいですよ。




見学会で園の雰囲気を感じてみよう!!

幼稚園・こども園ガイド




学校法人 聖和学園
旭丘サムエルこども園
引野町南1-17-50 ☎084-943-2020

認定こども園 サムエル幼稚園
坪生町南1-3-15 ☎084-947-3377

入園説明会 10月9日(木) [10:00~11:00]

緑に囲まれている広い園庭では虫取りに励んだりおにごっこや長い雲梯にチャレンジしたりにぎやかに遊ぶ子どもたちの姿があります。全園児と一緒に遊び、その中で思いやる気持ちや憧れの気持ち、伝える大切さ、友だちと共に考える楽しさを学んでいます。

子どもたちが安心して楽しく通えるように、一人ひとり丁寧に関わり、愛情をたっぷり伝えていくことが大切だと考えています。




あそびの質を高め
主体的・体感的に学ぶ子に

(学) 聖和学園は、昭和45年創立以来、就学前教育の場として一人ひとりの「生きる力」を育む教育・保育を推進しています。

認定こども園サムエル幼稚園・旭丘サムエルこども園では、8か月児から受け入れしていますので、ご希望の方はご相談ください。

菜園活動や虫探し、身体活動を促す戸外遊び、楽しみながら英語や体育活動、思いを表現する造形活動など夢中になれる活動がいっぱいです。閑静な住宅街に位置していますが、気候の良い時期には四季の変化に富んだ春日池公園などの近隣の公園へ出かけ、発見や感動を味わっています。

全職員でしっかりと子どもの気持ちを受け止め、子どもたちの未来を支えていきます。

入園説明会 10月20日(月) [10:00~11:00]

1号認定入園願書の受付
11月4日(火) 10:00~12:30
10/1~1号認定児入園願書配布





学校法人 三光学園
神辺千鶴幼稚園
神辺町川北1340-1 ☎084-963-2554

認定こども園 千鶴幼稚園
御幸町中津原852-1 ☎084-961-3220

この春、新園舎の完成と共に「認定こども園」となった千鶴幼稚園では、0~5歳の子どもたちが元気に過ごしています。遊びを通して芽生える好奇心や探究心を大切に、子どもたち一人ひとりの主体性を育んでいます。

2歳児一時預かりやこども誰でも通園制度の利用などもできます。ぜひ、一度遊びに来てみてください。

入園説明会 10月22日(木) 15日(水) [10時~11時]
入説明 (要電話予約)
詳しくは園へお問い合わせください

みんな同じでなくていい! 一人ひとりが「やってみたい」と感じる瞬間を大切に、興味があることに安心して挑戦できる環境の中で、自ら考え、全身と五感をフルに使って、学びを深めています。

神辺千鶴幼稚園は、子どもたちと本気で遊び、共に考えながら成長を支えています。

入園説明会は特に設けておりません。見学を希望される方は、事前にお問い合わせください。






恵まれた環境の中を
夢中で遊ぶ子どもたち

自然豊かな園庭で、子どもたちは思い思いの遊びを展開させ、友だちや生き物たちと関わりながら過ごしています。子ども一人ひとりに寄り添う先生たちと、人格形成に最も大切な幼児期を一緒に過ごしてみませんか?

子どもたちの遊びや園での様子などをインスタグラムにてお知らせしておりますので、ぜひご覧ください。

入園願書受付開始
11月4日(火) 8:00~
1号認定・満3歳児クラスも募集

ペットを飼っている人、これから飼いたい人へ、ペットを飼う上での心構え、しつけ、食事、病気など専門家からのアドバイスやペットに関するイベント紹介など、大切なペットと幸せに暮らすための情報を発信します。
あなたとペットのエピソードやペット自慢のお便りをお待ちしています♪



犬の歯のケアについて

「ピースワンコ・ジャパン」医療チーフ 中坊さんに聞きました。

大切な愛犬の歯の健康を守るために、できる範囲で無理なく、コソコソと楽しく続けていきましょう。

また、歯ブラシだけでなく歯磨きシートやデンタルトイ、おやつなどを併用するのも効果的です。少しずつ口に触れられることに慣れると歯磨きがスムーズになり、ケアの時間そのものが愛犬との大切なスキンシップになります。

歯石は歯周病の原因となり、口臭や歯の痛みだけでなく、心臓や腎臓など全身の健康に悪影響を及ぼすこともあります。だからこそ、日常的な予防ケアがとても重要です。歯磨きは毎日行うのが理想ですが、苦手な子には無理をせず、3日に1回や3日間かけて全体を少しずつ磨くと続けやすくなります。

お口の健康とケアはとても大切です。犬の歯垢は3～5日ほどで歯石になってしまいます。歯石は歯磨きでは落とせないため、動物病院での除去が必要になります。

保護犬の新しい家族募集!!

かわいいワンコたちがあなたとの出会いを待っています。



愛犬(推定7歳)の無でられるのが大好きな男の子



美笑(推定7歳)のシャイだけれど散歩が大好きな女の子



ダダ(推定5歳)の人が大好きで、甘えん坊な男の子



保護犬の命を救う

お申込みはQRから ふるさと納税



お気軽に見学にお越しください!



ピースワンコ・ジャパン 福山譲渡センター TEL: 084-928-1785
〒721-0974 福山市東深津町2丁目9-15 午前10時～午後5時(年中無休)
MAIL: fukuyama@peace-winds.org ※営業時間変更しました

※ピースワンコ・ジャパンはペットショップではありません。終生責任を持って犬の飼養ができると判断した方に、譲渡を行っています。

サウナで身も心もリセット
空と山と水で、ととのう秋

ENJOY CAMPING!!

蛇円山を望む広大な里山フィールド。秋には紅葉が彩り、焚き火が心地よく、農園での収穫体験なども楽しめます。自然と調和した静かな贅沢を。

農園キャンプ場

ゆっくり焚き火を眺めてリラックス



BBQスペース

ピザ窯で手作りピザも作れる♪ 最大25名まで使用可能で賑やかにBBQを楽しめます



Restaurant & Cafe Rigenare -リジエナレー-

農園で採れた新鮮野菜がおしゃれなメニューに!



有機野菜や加工品を扱う直売所も併設



直売所



古民家グランピング 螢の宿

かまどあり、プロ仕様のキッチンあり。また五右衛門風呂も体験できます



地域特産の食材を使った鍋が楽しめる期間限定「地産鍋プラン」



Barrel Sauna

木の香りに包まれながら、心と体が“ととのう”贅沢なひとときを...
秋は、紅葉に染まる森を感じながら外気浴が楽しめる特別な季節。澄んだ空気と静かな風景が、サウナの熱と調和し深い“ととのい”へと導きます!



フィールド内は徒歩10分圏内でラクラク移動



自家農園(H2Oファーム)では自然に寄り添った野菜づくりをしています。

ハットリフィールド

〒720-2521
広島県福山市駅家町
服部本郷241



山陽自動車道 福山東ICより車で約25分

ご予約/お問い合わせ(9:00～18:00)

TEL.070-1870-8277





鈴木 雅子先生

1939年、旧満州(現・中国東北部)生まれ。ハイデルベルク大学医学部修了。帰国後はノートルダム清心女子大学、福山市立女子短期大学(現・福山市立大学)、福山平成大学にて病態栄養学などを担当。35年間、教授・客員教授として教鞭を執り、心身の健康と食生活、食育などについて研究を進め、全国各地で講演、健康指導を行う。著書に「食事が子どもを変える」「子どもは和食で育てなさい」他57冊。

サツマイモ 焼いてよし 揚げてよし

命をつなぐ旬の恵みを大切に
医学博士 鈴木雅子 寄稿集
「四季を味わう」より



子どものころはイモばかりか
茎も食べた。細い茎の皮をむく
とあくが多いので手が黒くな
る。これを油でいためて、しよ
ゆで煮た。思い出してやつてみ
ると結構おいしい。ダシをこ
て煮たし、チリメンイリコも入
れたからだろう。

サツマイモはアメリカ大陸原
産で、15世紀末にコロンブスに
よってスペインへ、さらに十六世
紀の末にフィリピンから中国へ
伝播された。わが国には元和
元年(一六一五年)フィリピン
から長崎の平戸、および元禄
十一年(一六九八年)に琉球
から鹿児島、薩摩に伝わった
ものがあるといわれる。

サツマイモにも多くの種類が
あるが、今日は改良種の品種

ごとに農林番号がつけられ、現
在三十種余となっている。サツ
マイモは反(約十^二)当たり
でんぶん収量と単位面積当た
りの力ロリ^一生産量が作物中
群を抜いて多い。米や麦に比べ
て栽培管理が簡単で、労力や
肥料も少なくすむ。これが享
保十七年(一七三二年)の大
飢饉以後、わが国で生産が奨
励された理由である。

享保十七年は収量が平年作
の27%しかなく、餓死者が続出
したといわれる。この三年後、幕
府に登用された青木昆陽が、サ
ツマイモの試作を開始している。
その種類、栽培法、用途を解説
した昆陽著の「蕃薯考」も作ら
れ、サツマイモは関東一円から
全国へと生産が広がった。その



2025.4.15 開院!

青空の下で笑顔で歩けるように、全力でサポート!

MRI & リハビリ室完備

骨折しょう症からスポーツ復帰まで対応し、動ける未来を支える整形外科クリニック

あおぞら整形外科
骨折しょう症・リハビリ・スポーツ

福山市新涯町3丁目22-23
☎084-982-5505

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00 ~ 12:30	●	●	●	●	●	●	—
15:00 ~ 18:30	●	●	●	—	—	—	—

火曜午後、木曜午前に骨折しょう症専門外来の予約枠あり

新涯小学校近く
骨折しょう症外来
骨ドック

WEB予約

ビッグアメリカンショップ
ハローズ TSUTAYA ローズ&ピア
新涯小学校 セブンイレブン
福山駅 むさし 水呑

県内15霊苑 展開中!

福山ではココだけ!!

自分らしいお墓を選べる霊苑

樹木葬 永代供養墓 一般墓地

・合祀墓 ¥55,000(税込)
・樹木葬 ¥150,000(税込) ~
・ペット専用樹木葬 ¥70,000(税込) ~

家族同然として暮らしてきた
ペットも一緒に埋葬できます

お墓の引っ越し・墓じまい・散骨についてもご相談ください

メモリアルパーク with 神辺

☎084-966-6194

福山市神辺町川北111-1

神辺高校そば/国道313号沿い

井原→神辺高
セブンイレブン
神辺駅
吉野山公園

—ことばの花びら—

**主観的な幸福度を
チェックしてみましょう**
(0~10の採点)

1. 今、私は全体的に幸せだと感じている
2. 最近、毎日が楽しいと感じることが多い
3. 自分の人生には意味があると感じる
4. 周囲との関係(家族、友人など)満足している
5. 将来に対して希望をもっている

合計点が高いほど幸福度は高い傾向にあります。
人との繋がりを構築し、自由で自分らしい人生が
豊かになる事を願っています。

詳しくは
「ことばの花びらをあなたに
しあわせの処方箋」を。

毎月第2金曜「しまラジ!!」
9:20頃~出演中

Sep. Lumiere 株式会社セプルミエール
尾道市高須町5630-1 ☎0848-29-7371

山田美妙

介護のいろは
今さら聞けない

「認知症」になる
きっかけって?

42歳:女性

「認知症」って
予防できるの?

43歳:男性

A 環境が変わると(定年、身内の死、引っ越しなど)「認知症」になりやすいよ。だから、日頃から趣味を持っていたり、家庭菜園をしたりなど“生きがいや目標を持つこと”が大切!

A 決定的な予防はないんだけど、バランスのいい食事や適度な運動、社会と繋がっていることが「認知症」の予防になると言われているよ。

—〈こぶ社長プロフィール〉—
優れた認知症介護を進めたとして、外国のナントカという賞をもらった、ちょっとえらい人。

ちっちゃいもみじ ☎084-951-0304
もみじのケアマネ ☎084-949-2330

〒720-0841 福山市津之郷町津之郷 412-45

「介護」をもっと知りたい家族や
スタッフに向けた分かりやすく楽
しいセミナーを開催中! お問い合わせ
せはお気軽に!

愛媛県城川産大粒栗を使用した大人気の「和栗モンブラン」をはじめ、フランス産栗の「金のモンブラン」、イタリア産栗の「マロングラッセ」、イチジクパウンドなど秋のスイーツがそろっています♪店内飲食もOK！

ばら公園通り マロンドール ☎ 084・954・0925
福山市多治米町1-6-11 営/ 10:00～19:00 休/火曜日・第1月曜日

お買い上げにつき焼き菓子プレゼント
※有効期限/ 2025年12月31日まで

秋の味覚“マロン”がおいしい季節“マロンドール”のスイーツをどうぞ



1998年に創業。自分の大切な人に安心しておいしく食べて貰えるケーキを創り続けています！記念日の特注ケーキやアレルギー対応ケーキ等、お任せください!! 10月初めからクリスマスケーキご予約受付開始♪(12/20まで)

手創りケーキ工房 エンジェル
☎ 084・976・5669 福山市駅家町倉光24-15
営/ 9:00～20:00 休/水曜日(祝祭日・イベント日は営業)

500円以上ご購入のお客様に「広島レモンケーキ」1個プレゼント!
※有効期限/ 2025年12月31日まで

クリスマスはエンジェルのおいしいケーキできまり!



“いちじく”のつづつぶ食感と、口の中であとろけるような味わいが特徴です。いちじく本来の甘さが引き立つように丁寧に製餡しています。ふわり優しいどら焼きの皮といちじくの餡が絶妙な秋の人気商品です。

虎屋本舗
☎ 084・954・7447 福山市曙町1-11-18
営/月～土8:30～19:00/日8:30～18:00 休/元日のみ

500円以上、ご購入のお客様に「生どら焼き 虎ちゃん」1個プレゼント
※虎屋全店で利用可能 ※有効期限/ 2025年12月31日まで

秋はいちじく、冬は柚子へ季節ごとに楽しめる限定のどら焼き



豆徳本店は、10月で開店20周年。広島初の豆菓子専門店としてスタートし、無事この日を迎えることができるのは、地域の皆さまのご愛顧のおかげです。これからもおいしく・楽しく・体に良い豆菓子をお届けいたします。

豆徳本店(徳永製菓株式会社)
☎ 084・973・7222 福山市胡町4-21
営/10:00～18:00 休/毎週火曜日

ポイントカード2倍押し
※有効期限/ 2025年12月31日まで

おかげさまで20周年ご愛顧ありがとうございます



PICK UP

おいしいお肉が食べたいならココ!!
七輪で焼く新鮮国産牛、最高～

最強コンビ! 自慢のやわらか良質肉とこだわりの白米おにぎりは最高です♡



仕入れにこだわり国産牛(佐賀)を一頭買い。脂のうま味と香りが楽しめる上カルビや、脂肪が豊富で濃い味が特長のハラミ、キメが細かく程よくサシの入ったロースは、店長おススメの逸品! 七輪で焼くことで余分な脂が落ち、肉本来のおいしさが口いっぱいに広がります。どこか懐かしいレトロ空間で、ご家族でゆっくりと。

大衆焼肉 石原屋
☎ 084・961・4662 福山市駅家町万能倉156-7
営/火～金・祝・祝前日18:00～22:00 土・日17:00～22:00 休/月曜日

食後のアイスを人数分プレゼント
※有効期限/ 2025年12月31日まで



俵むすびファンにはたまらない「安芸むすび」! 梅・昆布・おしんこのシンプルな具材の俵むすび3個に、鶏の唐揚げ2つ、白身魚フライ・煮物・枝豆・かまぼこ・オレンジとおかずの種類も豊富で大満足♪ 1,100円(税込)👉

むすびのむさし 福山箕島店
☎ 084・971・6340 福山市箕島町5816-103
店内飲食/ 11:00～15:00(土日祝～15:30)
持ち帰り営/ 10:30～ご飯がなくなり次第終了 休/水

むすびのむさし 福山駅さんすて売店
☎ 084・925・0634 営/ 10:00～20:00 休/水

むさし大人気の俵むすびが入ったボリューム満点のお弁当「安芸むすび」



POLE POLE BRAVO!はプリンだけじゃありません。今回は『だるまもり』をご紹介します。全てハンドメイドの可愛いだるまキーホルダーです。この世に2つとないあなただけの『だるまもり』を見つけてください。

POLE POLE BRAVO(ポレポレブラボー)
☎ 084・916・1101 福山市沖野上町3-7-27
営/10:00～16:00 休/日

『だるまもり』(600円～)をお買い上げにつき、「とろける 誉められプリン」を1個プレゼント!!
※有効期限/ 2025年12月31日まで

あなたのしあわせまもりです。『だるまもり』



千萬喜家では「原料」「無添加」「手作り」にこだわり、おいしい和菓子を作っています。また誕生餅・棟上げ餅・法要餅や、幼稚園や保育所・地域イベントでの「餅つき」にも対応していますので、お気軽にお電話ください。

ばらもち本舗 千萬喜家(ちまきや)
☎ 084・931・0808 福山市草戸町1-2-10
営/ 8:30～18:00 休/水曜日

店内商品10%OFF
※有効期限/ 2025年12月31日まで

地域の方が笑顔になる安心で、おいしいもの作ります!



NEW

高齢の方や障害をお持ちの方など通院・外出が困難な方へ、ドクター同意のもと健康保険を使つての訪問医療マッサージ制度を用いた施術をしています。訪問地域/福山市全域、尾道市、府中市、笠岡市、井原市

マッサージ治療院 みつばち
☎ 084・919・0744(総合受付) 休/日曜日
福山事務所・福山市野上町2-6-6SATOビル12-810号室
尾道事務所・尾道市向東町2187-8
府中事務所・府中市栗柄町3117-2

その痛みあきらめていませんか? 在宅で医療マッサージが受けられます



NEW

アイス感覚で手軽に食べられる「焼き芋モンブラン」は、紫芋アイスの上にさつまいも・かぼちゃ・人参から作ったクリームを生絞りした体に優しいスイーツ。フランス産粗糖を振り軽く焦がしたブリュレタイプもどうぞ♪

POTCOOK(ポットクック)★駅家に移転しました★
☎ 080・2259・5176 福山市駅家町万能倉989-15
営/木・金・土10:00～16:00 ※なくなり次第終了
休/日・月・火・水 P/4台有

アイスとモンブランのおいしいコラボ!! お辛スイーツ専門店の「本気スイーツ」



NEW

お米の粉で作るドーナツのような韓国の伝統菓子「ケソンジュアク」。本来マッコリを使う生地発酵ですが、天然ばら酵母を使ってじっくり発酵させるそう。元フレンチシェフのアイデア満載の焼き菓子たちもお楽しみに♪

tatsukiBAKE(タツキベイク) ★10月17日(金) OPEN★
尾道市土堂町2-4-4 詳しくはInstagramをチェック
営/月火金土日 11:00～売り切れ次第終了 休/水木

尾道商店街に「樹ぱん」2号店誕生! ケンジユアクと焼き菓子のお店



SHOP GUIDE

RBオススメの
お店をピックアップ!

各店舗に付いているQRコードにアクセスすると、特典・サービス情報はもちろん、地図や詳しいお店情報がわかる!

各店舗のQRコードはフィーチャーフォン(ガラケー)では対応していません。



NEW

700坪の専用グラウンドを利用し、愛犬のストレス解消や健やかな成長をサポートします! 自宅で過ごすような、わんちゃんファーストのペットホテルも好評中♪ お悩み相談など、初回カウンセリングが無料で安心♡

ドッグトレーニングおだか(JKC公認訓練所)
☎ 084・999・0560 福山市駅家町倉光107-3
休/スクール:水・日 ペットホテル:年中無休

初回カウンセリング時「犬手作りおやつ」プレゼント
※有効期限/ 2025年12月31日まで

愛犬との一生の付き合い方が学べます! ペットホテルも年中無休で営業中



NEW

「1人でもすき焼きは食べた〜い」そんな要望にお応えしました。A5ランクの厳選和牛に、釜炊きした「仁多米」、黄身がオレンジ色の濃い卵など、こだわりの食材で作る自慢のすき焼きは絶品!! おいしさ独り占め♪

一人すき焼き専門店 好つきやきい〜♪
☎ 084・924・1129 福山市南手城町3-4-14
営/11:00～14:00 17:00～23:00 休/木曜日

福山初!! 一人すき焼き専門店 厳選された食材で作る最高のすき焼きを♪



子どもから年配の方・女性一人でも入りやすいお店。しっかり熟成させ、丁寧に処理したお肉を溶岩プレートで自分好みに焼いて味わえます。“部位、品質、熟成”にこだわった極上ステーキ1,000円〜どうぞ。お弁当もあり!

COWCOWステーキ御幸店(カウカウステーキ)
☎ 084・961・0080 福山市御幸町森脇417-1
営/ Lunch11:00～15:00(L.O.14:30) Dinner17:00～20:30(L.O.20:00)
休/不定休

お肉10%増量!!
※有効期限/ 2025年12月31日まで

ステーキ大好きな人集まれ! サラダ・ライス食べ放題で大満足



☆心が軽くなるお手伝い…毎月の運勢☆

九星気学 明華の部屋

一白水星 いっぱくすいせい

10月 目の前が開け明るく希望に満ちた月になります。新しいアイデアが浮かんだり有益な情報が入って来るでしょう。積極的に動く時です。

11月 引き続き運気は、上昇気流の波に乗ります。目的や望みを達成するチャンス。一度決めた事は続行することで、明るい将来が見えてきます。

12月 今年終盤を迎え、運気も最高潮になります。輝かしい成果を上げる人もいます。周囲の注目を浴びますが欠点も目立つので注意。

四緑木星 しうくもくせい

10月 運気はやや陰りをみせ、期待通りにいかないことが出てきます。今月は活動範囲を広げるより、これまでの成果を見直し地固めをすること。

11月 忙しい日々から解放され、リラックスできる時です。家族との時間を大切にすると良いでしょう。旅行やレジャーが楽しい思い出になりそう。

12月 予期せぬハプニングに翻弄されそうな時です。これまでのやり方が通用しない局面に出くわすことも、動じることなく臨機応変に対応して。

七赤金星 しちせきせんせい

10月 良い面も悪い面もクローズアップされる今月は、普通に生活していても目立ちやすくなります。慎重な言動を。悪縁を切るには良い時です。

11月 心身ともにエネルギーが不足し、スランプ状態の時です。今月は無理をせず、淡々と過ごしましょう。交際面は広がるので人脈作りには吉。

12月 月の後半からゆっくりと上昇します。落ち着きを取り戻し前進する意欲も湧きそうです。周囲を見ながら色々なアイデアを試みることに。

あなたの本命星 (毎年、節分で運気が変わります)

- ★一白水星 S20、S29、S38、S47、S56、H2、H11、H20、H29
- ★二黒土星 S28、S37、S46、S55、H1、H10、H19、H28、R7
- ★三碧木星 S27、S36、S45、S54、S63、H9、H18、H27、R6
- ★四緑木星 S26、S35、S44、S53、S62、H8、H17、H26、R5



監修:東洋易学学会 易学教授
加勢本 明華
★Yahoo! 占い 1位獲得「下関港町の母」
★ライン占い 1位獲得「下関港町の母」
★西日本1位アブリ「下関の母」

二黒土星 じこくどせい

10月 気力・体力も充実し、好調の波に乗って想像以上に進展する時です。未解決の問題があれば積極的に着手すること。恋愛もラッキーな展開に。

11月 今年一年の総仕上げという意識を持ちたい月です。これまでの行動の結果が表面化します。先送りしていた問題は今月中にケリをつけること。

12月 師走を迎え忙しくなりますが、その割には成果が上がらない時です。あまり欲張らず現状を維持しましょう。目上の人を頼りにして。

三碧木星 さんぺきもくせい

10月 運気は頂点に達します。ゴールが見えて来た時ほど手を抜かず、積極的に活動して幸運を手にしましょう。困難な時でも支援者が現れます。

11月 運気が徐々に変化します。人の世話や依頼事が増え時間に追われるでしょう。誠意をもって対応することが大切です。金運は貯蓄心を持って。

12月 社交運などが好調な今月は、年末のイベントに参加して人脈を広げる時です。但し気が緩みやすいので、ケジメのある生活を心がけること。

五黄土星 ごおうどせい

10月 ホッと一息つける月です。行楽シーズンを楽しむ機会に恵まれ、リラクゼーションムードが漂う時です。但し気も緩みやすいので注意して。

11月 順調に進んできた事にブレーキがかかります。方向転換を試みても、結果は裏目に出がち。自分の弱点を克服するなど内面に目を向けること。

12月 表面的には好調に見えても内面は気苦労が多い時です。気持ちのアップダウンが激しくなるので、冷静さを保ちましょう。反面名誉な事あり。

六白金星 ろうぱくせんせい

10月 身の回りに様々な変化が起こり、もどかしさが募ります。与えられた環境の中で、じっくり堅実に過ごしましょう。金銭の貸し借りには注意。

11月 好調さと不調感が混在する不安定な月です。高評価に喜んでいたら妬まれたりとプラスとマイナスが表裏一体です。冷静な態度を維持すること。

12月 停滞感とともに苛立ちと不安が募る時です。自分の力で挽回しようとするが無駄な努力になりそう。素直にアドバイスを請ければ助けあり。

八白土星 はっぱくどせい

10月 悩みが出やすい運気低迷の月となります。対策を練っても的を外れに。今月は忍耐力が勝負です。現状を守りながら新たな展開を待ちましょう。

11月 低迷していた運気に明るい兆しが見えてきます。月の後半になるにつれて楽になりそう。地道にこなしていくことが今後の飛躍に繋がります。

12月 運気は上昇し、多忙な月となります。積極的なチャレンジが進展へと向かうチャンスの時です。金運も上昇。恋愛はじっくり時間をかけて。

九紫火星 きゅうしかせい

10月 好調さを取り戻す良好運です。ゆっくりと回復しますので、堅実に努力を積み重ねましょう。夢や希望の実現のための充電に努めてください。

11月 運気は一気に上昇気流に乗り、飛躍のチャンスを迎えます。積極的な行動が好結果に結びつくので果敢にアタックしましょう。新規の事も吉。

12月 運気は更に勢いづきます。世間の信用や人気が高まり、幅広い交流にも恵まれ、活躍の場は多方面に広がりそうです。家族との交流も大切に。

- ★五黄土星 S25、S34、S43、S52、S61、H7、H16、H25、R4
- ★六白金星 S24、S33、S42、S51、S60、H6、H15、H24、R3
- ★七赤金星 S23、S32、S41、S50、S59、H5、H14、H23、R2
- ★八白土星 S22、S31、S40、S49、S58、H4、H13、H22、R1
- ★九紫火星 S21、S30、S39、S48、S57、H3、H12、H21、H30

加勢本 明華 鑑定スケジュール

<福山での鑑定>

今後も定期的に福山での鑑定を行う予定です。
場所や日時などの詳細は、HP「明華の部屋」の新着情報でご確認下さい。
★携帯:090-5695-9636



「明華の部屋」HP

売買専門の不動産会社「第壹地所」は、時に占い処『おひさまの部屋』へと変身。落ち着いた白く広い空間で、手相・姓名判断・オーラカラー診断を体験できます。あなたのオーラは何色?お悩み解決のヒントにどうぞ♪



予約必須!
不動産屋さん占いで!!

占い「おひさまの部屋江種洋一」(第壹地所内)
☎ 080・5236・4850(完全予約制)
福山市西町3-25-2



新車の軽自動車が月々1万円!
なんと、諸経費・車検代・自動車税も全部コミコミ。全メーカー対応してます。BINGOグループでは一緒に働く仲間を募集中!年齢・経験問いません。詳しくはHPを。



新車の軽自動車に月々1万円で乗ろう!

BINGO GROUP 軽自動車.com福山店
☎ 0120・531・555 福山市蔵王町1604-4
営/9:30~19:00 休/火曜日
www.bingo-group.jp
求人問い合わせ先: ☎ 084・959・5429



TOTO超節水型トイレ/ビュアレストQR
地域最安値に挑戦!
《取付・旧便器処分・税込→88,000円》
※便座は別途(例:温水洗浄便座の場合+30,000円~)
機能や予算に合わせて選べます。見積り無料!



日本水道保安協会
☎ 0120・486・777 福山市加茂町八軒屋329
営/24時間電話受付 休/年中無休
和式トイレのリフォームは+5~10万円で承ります。詳細は、お気軽にお問い合わせください。



トイレ交換をご検討中の方は必見です!
「安心して頼める!」日本水道保安協会へ

『あなたの大切な家を未来へつなぐ』—持ち家の売却はもちろん、土地・建物の売買や賃貸物件の管理、相続で生じた空き家のご相談まで、安心と信頼を第一にプロの目でお客様の大切な資産をつなぐお手伝いをします。



有限会社 アサヒ不動産
☎ 084・991・0876
福山市三吉町4-13-15
営/9:00~19:00 休/水曜日★土・日・祝日も営業しています★
「住宅情報福山」偶数月に好評発行中! (無料)



不動産のバトン、アサヒ不動産がつなぎます!

こだわりの天然石を使い、願いに合わせた世界でひとつだけのプレスレットが作れます。ひも交換無料。マクラメ編みペンダントも大好評。—今回のストーン—ラリマー(ドミニカ産)心・ストレスの癒し、寛容調和と協調、平和



天然石&パワーストーン st-age-one(ステージワン)
☎ 084・944・8920 福山市赤坂町早戸1796-1
営/10:00~18:00 休/水曜日・木曜日



天然石5%OFF
※有効期限/2025年12月26日まで

「Princess Rose Garden」とコラボ企画したフラワーアート商品を光南店で取り扱い始めました。事務所に飾ったり、プレゼントとして贈ったり、お花をもっと身近に!オーダーメイドも相談OK



文具家ORANGE ☎ 084・928・0345(光南店)
蔵王店:福山市南蔵王町3-9-32 光南店:福山市光南町3-3-5
府中店:府中市中須町846-6
営/9:00~19:00 休/元日・2月と8月の最終水曜日
【ワークショップ開催】
11/16(日):クリスマスリース、12/14(日):正月飾り
最新情報は、ホームページやX(旧twitter)をチェック!



柔道整復師(骨格と筋肉の専門家)が歪んでいる骨格や筋肉を確認し、痛みの根本原因を突き止めてから骨盤矯正・猫背矯正の施術をします。痛みもなく的確にバランスを整え正常な状態に戻すので、全身のつらい症状に効果的です。



健康工房 たいよう整骨院
☎ 084・959・2093 福山市南手城町3-6-1
診療/月~金9:00~13:00 15:00~20:00
土・日・祝日9:00~16:00



初回5,500円→3,300円
※有効期限/2025年12月31日まで

毎週土・日(10~21時)月(18~21時)に、中古グローブの無料買取査定をしています。買取成立でバッティングメダル2枚プレゼント!また状態良好な中古グローブを、店内マシンで試してから購入可能。LINE査定は毎日受付中!



福山ドーム パーチャルバッティングセンター
☎ 084・941・1811 福山市引野町4-6-6
営/平日12:00~22:00(金~23:00)
土10:00~23:00(日・祝~22:00)/年中無休



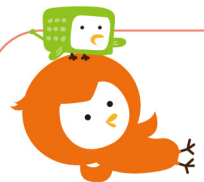
グローブ買取金額10%UP!
※初回買取限定 ※有効期限/2025年12月31日まで

あなただけのパワーストーンに出合える
パワーに溢れた癒やしの空間

オフィス空間に 彩りと癒しを
「お手入れ不要の色あせないお花」はいかが?

患者様の痛みと真つ向勝負!
最短での症状改善の提案をしています

使わなくなったグローブ、おうちにありませんか?無料買取査定します!



パーソナリティ

PN



レディオBINGOパーソナリティ紹介!



西田 茂弘

GO!GO!Bびんご〜(月)/イブニングステーション(月)/夢を語れ/オアシス/あさまる



大瀧 清延

GO!GO!Bびんご〜(月)GO!GO!Bびんご〜(火)



中村 公隆

GO!GO!Bびんご〜(火)



平野 敬子

GO!GO!Bびんご〜(火)/あなたの出番です!



高橋 秀年

GO!GO!Bびんご〜(水・木)



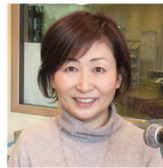
佐原 智代子

GO!GO!Bびんご〜(水・木)/えんラジ/ママラジ/あさまる



今川 和亮

あさまる/イマラジ!!



大戸 綾加

備後のえんがわラジオ



森光 満智

子育て応援ラジオ「ママラジ」



藤井 友絵

子育て応援ラジオ「ママラジ」



木村 みどり

みどりのオアシス



鈴木 麻衣子

みどりのオアシス



前川 愛

"MEG"ood morning / イブニングステーション(水)



田中 陽子

"MEG"ood morning / しまラジ!!



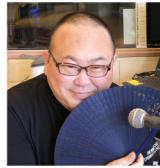
嶋田 ひとみ

しまラジ!!



福場 千秋

しまラジ!! / 地球市民



とめぞう

イブニングステーション(火)



森 まきお

イブニングステーション(木)



三島 寿美子

イブニングステーション(木)



DJ.SALLY

Hi! Five!



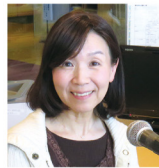
SAOLLY-Rey

(アニラジ)フーミン Hi! Five!



長竹 千賀

長竹千賀のLunch Time Delight



戸田 雅恵

ブック・アンソロジー



金輪 容子

ようこのBe Myself



ナオト

ようこのBe Myself



Rey・内藤公子

(日の丸ラジオ)日本の息吹 アニラジ



糸永 直美

DRIVE MY WAY



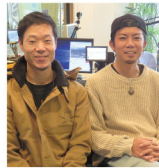
今村 猛

夢を語れ〜カビバラと愉快な仲間たち〜



徳山 威雄

日の丸ラジオ・日本の息吹



ミヤタツキ・ホッシー

MANCAVE RADIO



福元 テツロー

テツローのあきらめなければ夢100%



村田 民雄

地球市民



岩本 利之

MUSIC BINGO



小寺 正彦・末広 雄一郎

塚本 桃百花 地元応援エアラヂ



渡邊 泰教・高津 政明

渡邊 文倫・門田 弥久 無学泰山塾のEラジ



Asako

音の喫茶店



杉 ひろし

杉 ひろしの詩が人生 RB!!

スマホで
レディオ BINGO が
聴けるよ!

ラジオ無料アプリ
『Radimo』をダウンロード!

洋楽アワー
パーソナリティ:三村真二

毎週土曜日 8:00~9:00
—— 再放送 ——
毎週土曜日 21:00~22:00
毎週月曜日 20:00~21:00
ok@fm777.co.jp

懐かしの洋楽から
埋もれた名曲まで

公式LINEアプリを登録するといつでも聴ける!

77.7 MHz 2025.10.11.12 RADIO BINGO TIME TABLE

Nニュース 天気予報 交通情報 生放送 再放送 J-WAVE Program music bird

	mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
05	05:00 JUST A LITTLE LOVIN' 中田 純子				05:00 GLASSY WEEKEND nico	05: WEEKEND VIBES DJ TARO	
06	06:00 Morning Community 〈月〉〜〈水〉橋 しんご 06:30 DRIVE MY WAY myway@fm777.co.jp 06:45 朗読 川本 君子・藤井 康治・峠村 静恵・木山 みどり・筒井 美智恵・谷 恵子	〈月〉〜〈水〉橋 しんご 06:30 DRIVE MY WAY myway@fm777.co.jp 06:45 朗読 川本 君子・藤井 康治・峠村 静恵・木山 みどり・筒井 美智恵・谷 恵子	〈木〉〈金〉川久保 秀一			POP OF THE WORLD ハリー・杉山・川口 ゆりな	EARLY GLORY 小林 涼子
07	07:00 GO! GO! B びんご〜 〈月〉西田 茂弘 大瀧 清延 07:02 07:20 08:04 08:23 07:07 07:34 08:07 08:40 07:16 07:37 08:10	07:00 GO! GO! B びんご〜 〈火〉中村 公隆 平野 敬子 07:02 07:20 08:04 08:23 07:07 07:34 08:07 08:40 07:16 07:37 08:10	07:00 GO! GO! B びんご〜 〈水〉高橋 秀年 佐原 智代子 07:02 07:20 08:04 08:23 07:07 07:34 08:07 08:40 07:16 07:37 08:10	07:00 GO! GO! B びんご〜 〈木〉高橋 秀年 佐原 智代子 07:02 07:20 08:04 08:23 07:07 07:34 08:07 08:40 07:16 07:37 08:10	07:00 あさまる 週替わり		
08						8:00 洋楽アワー 三村 真二 ok@fm777.co.jp	
09	09:00 備後のえんがわ ラジオ 大戸 綾加 アシスタント 園 真澄 リポーター 佐原 智代子 en@fm777.co.jp	09:00 子育て応援ラジオ「ママラジ」 森光 満智 アシスタント 藤井 友絵 リポーター 佐原 智代子 mama@fm777.co.jp	09:00 みどりのオアシス 木村 みどり アシスタント 鈴木 麻衣子 リポーター 西田 茂弘 midori@fm777.co.jp	09:00 MEGood morning 前川 愛 アシスタント 田中 陽子 リポーター 週替わり meg@fm777.co.jp	09:00 しまラジ!! 嶋田 ひとみ アシスタント 田中 陽子 リポーター 福岡 千秋 shima@fm777.co.jp	9:00 杉ひろしの詩が人生RB!! sugi@fm777.co.jp 9:30 日の丸ラジオ・日本の息吹 hinomaru@fm777.co.jp 10:00 ブック・アンソロジー book@fm777.co.jp 11:00 あなたの出演です! deban@fm777.co.jp nakama@fm777.co.jp 11:30 音の喫茶店 Asako oto@fm777.co.jp	ACROSS THE SKY 小川 紗良
10							
11							
12	12:00 中国新聞ニュース 〈月〉大戸 綾加 12:05 リメンバー・ミュージック	12:00 中国新聞ニュース 〈火〉森光 満智 12:05 リメンバー・ミュージック	12:00 中国新聞ニュース 〈水〉木村 みどり 12:05 リメンバー・ミュージック	12:00 中国新聞ニュース 〈木〉前川 愛 12:05 リメンバー・ミュージック	12:00 中国新聞ニュース 〈金〉嶋田 ひとみ 12:05 リメンバー・ミュージック	12:00 長竹千賀の Lunch Time Delight ldt@fm777.co.jp	KLEINE WUNDER 生田 絵梨花
13	12:15 イマラジ!! 今川 和亮 ima@fm777.co.jp	12:15 長竹千賀の Lunch Time Delight 長竹 千賀 ldt@fm777.co.jp	12:15 MANCAVE RADIO ミヤタツユキ・ホッシー mcr@fm777.co.jp	12:15 地球市民 村田 民雄・福岡 千秋 chikyuu@fm777.co.jp	12:15 ようこのBe Myself 金輪 容子・ナオト yoko@fm777.co.jp		
14	13:00 リメンバー・ミュージック	13:00 リメンバー・ミュージック	13:00 テッソーの あきらめなければ夢100% 福元テッソー try@fm777.co.jp 13:30 リメンバー・ミュージック	13:00 リメンバー・ミュージック	13:15 リメンバー・ミュージック		
15	13:50 インフォメーション (おくやみのお知らせ 等) 〈月〉大戸 綾加 14:00 リメンバー・ミュージック	13:50 インフォメーション (おくやみのお知らせ 等) 〈火〉森光 満智 14:00 リメンバー・ミュージック	13:50 インフォメーション (おくやみのお知らせ 等) 〈水〉木村 みどり 14:00 リメンバー・ミュージック	13:50 インフォメーション (おくやみのお知らせ 等) 〈木〉前川 愛 14:00 リメンバー・ミュージック	13:50 インフォメーション (おくやみのお知らせ 等) 〈金〉嶋田 ひとみ 14:00 @FRIDAY! くりやまけーずけ・福山 香温		
16	15:00 アフタヌーンパラダイス 〈月〉川久保 秀一	15:00 アフタヌーンパラダイス 〈火〉幸島 美登里	15:00 アフタヌーンパラダイス 〈水〉松本 英子	15:00 アフタヌーンパラダイス 〈木〉杉 真理	16:00 NOGOLF!NOLIFE! マシー・西川	BIBLIOTHECA 山口 周・長瀬 なる LINKSCAPE TENDRE・田中 シェン	
17	17:00 イブニングステーション 〈月〉西田 茂弘 07:03 17:42 18:22 07:39 18:00 18:37	17:00 イブニングステーション 〈火〉とめぞう 07:03 17:42 18:22 07:39 18:00 18:37	17:00 イブニングステーション 〈水〉前川 愛 07:03 17:42 18:22 07:39 18:00 18:37	17:00 イブニングステーション 〈木〉森 まきお アシスタント 三島 寿美子 07:03 17:42 18:22 07:39 18:00 18:37	17:00 Hi! Five! DJ.SALLY SAOLLY・Rey・フーミン hi5@fm777.co.jp		
18	19:00 あなたの出演です! 小林 史明 アシスタント 平野 敬子 deban@fm777.co.jp	19:00 ブック・アンソロジー 戸田 雅恵 book@fm777.co.jp	19:00 JAM THE PLANET 石田 健	19:00 MUSIC BINGO 岩本 利之 mb@fm777.co.jp	19:00 地元応援エアラヂ air@fm777.co.jp 19:15 無学泰山塾のEラジ mugaku@fm777.co.jp 19:30 START LINE 長谷川 ミラ	19:00 WORLD AIR CURRENT 葉加瀬 太郎	19:00 DRIVE TO THE FUTURE ビストン 西沢
19	19:30 夢を語れ 〜カピバラと愉快な仲間たち〜 今村 猛・西田 茂弘 yume@fm777.co.jp						
20	20:00 洋楽アワー ok@fm777.co.jp	20:00 JAM THE PLANET 吉田 まゆ 20:45 GLOBAL BUSINESS CHARGE 西脇 資哲	20:00 JAM THE PLANET 武田 真一		20:00 INNOVATION WORLD 川田 十夢	20:00 杉ひろしの詩が人生RB!! 杉ひろし sugi@fm777.co.jp 20:30 アニラジ+ ani@fm777.co.jp 21:00 洋楽アワー ok@fm777.co.jp	20:00 杉ひろしの詩が人生RB!! 杉ひろし sugi@fm777.co.jp 20:30 アニラジ+ ani@fm777.co.jp 21:00 洋楽アワー ok@fm777.co.jp
21	21:00 日の丸ラジオ・日本の息吹 hinomaru@fm777.co.jp 21:30 SMILEY SMILE 坂谷 由夏	21:00 SALON N9					
22	22:00 GURU GURU! 〈月〉加賀 翔 (かが屋)	22:00 GURU GURU! 〈火〉ダウ90000	22:00 GURU GURU! 〈水〉福留 光帆 松井 けむり (令和ロマン)	22:00 GURU GURU! 〈木〉エパース	22:00 地球市民 chikyuu@fm777.co.jp 22:45 アニラジ ani@fm777.co.jp 23:00 THE ORIGINAL KREVA 23:30 WEEKEND LIVING 松下 光平 00:00 QUEST FOR THE FUTURE 小坂 菜緒 (日向坂46) 00:30 CROSSROADS 松下 奈緒	22:00 FOURGONNETTE 長岡 亮介	22:00 J-WAVE SELECTION
23							
00	00:00 SPARK 〈月〉sumika	00:00 SPARK 〈火〉新井 和輝 (King Gnu)	00:00 SPARK 〈水〉秦 基博	00:00 SPARK 〈木〉MI (三代目 Soul Brothers)		00:00 DIVE TO THE NEW WORLD SKY-HI	00:00 INNOVATION WORLD ERA 週替わり
01	01:00 THE KINGS PLACE 〈月〉04 Limited Sabazys	01:00 THE KINGS PLACE 〈火〉MAN WITH A MISSION	01:00 THE KINGS PLACE 〈水〉ねぐせ。	01:00 THE KINGS PLACE 〈木〉ヤングスキニー	01:00 BITS&BOBS TOKYO 高崎 卓馬・長澤 樹 01:30 SONG STORIES 安田 尊大	01:00 TOKYO BEATS FOUNDATION Lsaac Y.Takeu/SAKURA	01:00 J-WAVE MUSIC SELECTION
02	02:00 COMMON GROUND				02:00 THE PLAYBACK 山田 健人 02:30 BEFORE DAWN 燃え殻		
03	03:00 THE UNIVERSE 〈月〉安藤 裕子	03:00 THE UNIVERSE 〈火〉大橋トリオ	03:00 THE UNIVERSE 〈水〉大貫 妙子	03:00 THE UNIVERSE 〈木〉岸田繁 (くるり)	03:00 TALK FACTORY	03:00 COMMON GROUND	
04							

あやこと

“わたしのこと”で気づくことがきつとあるよ

Vol.16

変わるもの 変わらないもの
変わらなくていいもの



CDではなく、音楽はスマホアプリで聞くように。
辞書を引かなくても、わからないことはチャットGPT
やネットで検索。

昔、広げてた地図は、Googleマップが教えてくれる。

カメラもフィルムからデジタルに変わった。

誰もがスマホ一つでアーティストになれる今、写真屋さ
んに求められる事って何だろう？

昨日、赤ちゃんの頃からずっと撮影に来てくれているひ
なちゃんが、自分で作ったビーズのネックレスやイヤリ
ング、カチューシャを付けてやってきた。

私にも、きれいな色のビーズにくまちゃんが付いているか
わいい指輪を「どうぞよ」って。

その小さなお手で頑張って作ってくれたんだよね。
嬉しくてひなちゃんの指輪を付けてこれを書いてるけ
ど、ちょっと痒くなってきた(クスッ)

技術や提供していくプラン・商品など、時代に合わせて
変えていかないとけない。

でも、ワクワクして心が躍ること、嬉しすぎて心がしっ
とりすることは、いつの時代も変わらないんだよね。

あけぼのスタジオができること、求められていること…
もしかしたら、ひなちゃんの指輪が答えるのかもしれない。

次回に続く



真安 綾:愛媛出身・福山歴26年・B型・4人の子育てママ／あけぼのスタジオ ☎084-954-4649 福山市曙町3-32-14

FMふくやまラジオコラボマガジン

RB

RADIO BINGO FM77.7MHz

ラジオコラボマガジン『RB』
10・11・12月号(Vol.92)
2025年9月26日発行

発行／株式会社エフエムふくやま
発行人／田中 宏行
編集人／田上 玲子 副編集人／園 真澄
〒720-0067福山市西町2丁目10番1号
福山商工会議所ビル1F
Tel:084-920-8777 / Fax:084-920-8778
https://fm777.co.jp/ / e-mail:bingo@fm777.co.jp
(受付時間:平日9:00～18:00／メールは終日)
印刷・製本／まつざき印刷株式会社

RB 設置店リスト【福山・府中・尾道・笠岡・井原エリア】

- セブンイレブン ●ローソン ●ファミリーマート ※一部、設置していない店舗がございます。
 - ハローズ ●エブリイ ●ニチエー ●ハート ●スマイルキッチン ●フジ ●啓文社
 - 福山市内各図書館 ●府中市立図書館 ●リーデンローズ ●神辺文化会館
 - 沼隈サンパル ●ローズアリーナ ●福山SA ●広島空港 ●道の駅アリストぬまぐま
 - 笠岡ベイファーム ●道の駅びんご府中 ●クロスロードみつぎ ●福山大学
 - ツネイシCバリュースSS ●スガミ楽器 ●福山ニューキャッスルホテル ●アイネスフクヤマ
- ※その他、約500カ所以上に設置、ご協力いただいております。
皆様方に、心よりお礼申し上げます。(順不同)

本誌に掲載されている情報は、2025年7月から9月15日までの取材時のものです。
本誌発行後にやむを得ない事情により、掲載内容が変更になる場合があります。
本誌に掲載している金額は消費税額を含んだ価格です。

次号予告 ラジオコラボマガジン『RB』
1・2・3月号(Vol.93)は2025年12月下旬発行予定!

とんでもない目にあったイノシシ年男

玄関で私を待っていたのは…!?

を聞いてあげてください。

①数日前に私の撒いた除草剤がかかった雑草を食べて具合が悪くなり、私に恨みを告げて来た説。
②猛暑でやられ「最後は冷たいタイ
ルの上で…と、静かに旅立った説。
真相は謎のままですが、これも何
かのご縁と思い、丁寧に葬ってあ
げました。
ウサギといえは「飛躍」の象徴。私
の運氣も、ぴよんと跳ね上がっ
てくれたらいいなあ。
でも……もうウサギのお出迎え
は、遠慮したいです。。。



今回の事件、原因として考えられるのは――
①数日前に私の撒いた除草剤がかかった雑草を食べて具合が悪くなり、私に恨みを告げて来た説。
②猛暑でやられ「最後は冷たいタイ
ルの上で…と、静かに旅立った説。
真相は謎のままですが、これも何
かのご縁と思い、丁寧に葬ってあ
げました。
ウサギといえは「飛躍」の象徴。私
の運氣も、ぴよんと跳ね上がっ
てくれたらいいなあ。
でも……もうウサギのお出迎え
は、遠慮したいです。。。



エフエムふくやまのBOSS

局長の部屋

きょく-ちょう【局長】

国語辞書:局と名のつく組織の最高責任者。

田中宏行(たなかひろゆき)
66歳、B型、生まれも育ちも福山市。
8月に「初孫」が誕生し、
嬉しさいっぱいの局長。
ただ、部屋を片付けないと
抱っこさせてもらえないとか…(笑)
頑張り、じいじ♪



おすすめの一冊

田中局長の本棚



本書は、「でんぎつね」「モチモチの木」「ちいちゃんのかげおくり」「杜子春」など、かつて小学校国語の教科書で読んだ珠玉の名作16篇を収録。
どの物語も、大人になった今だからこそ、より深く心に響きます。
懐かしさとともに、子どもの頃には気づけなかった新たな発見もあり、子



もう一度読みたい
教科書の泣ける名作
Gakken 編
Gakken / 890円

どもから大人まで世代を超えて楽しめる、感動の短編集です。
続編の『いまこそ読みたい教科書の泣ける名作』(12篇の物語と2篇の詩)と併せて読まれることをおすすめします。

お求めはお近くの啓文社でどうぞ

エフエムふくやまラジオBINGO77.7MHz番組紹介

無学泰山塾のEnjoyラジオ

第1・2週は、「進学」に関することや「保護者目線」での子育て成功例など教育トピックスを、第3・4・5週はゲストを迎え、教育の話や備後地域のイベントを紹介♪

パーソナリティ:渡邊文倫
渡邊泰教、高津政明、門田弥久(月替わり)

●毎週金曜日♪夜7:15～7:30

メッセージをお待ちしてます!

✉ mugaku@fm777.co.jp



NEW

クリスマスチャリティー

三人姉妹の朗読会

■日 時 2025年12月7日(日)
13:30開演(13:00開場)

チャリティー朗読会

■演 目 ・やなせたかしの言葉
・このつぎなにあに
・デューク
・メリイクリスマス

■場 所 ふくやま文学館
(福山市丸之内)

■入場料 2,000円

三人姉妹
金輪 容子
平野 敬子
渡部 良枝
フルート
山田るみ子
ピアノ
こづえ



ノベルティ・粗品・景品から
ハイブランド品・貴金属まで
どんな物でも捨てる前に
ご相談ください!

ちぎれていてもOK!
ノーブランドアクセサリー
使いかけOK!
中古コスメ・香水
電池切れ・壊れていてもOK!
ノーブランド時計

レイアリッシュ
Leir Riche
0120-228-664

●営業時間/11:00～19:00
●定休日/金曜日
●駐車場あり
古物商許可番号 広島県公安委員会
第731211700012号

上記の
中古香水・コスメ
ノーブランドジャンク時計
ノーブランドアクセサリー
20%UP
クーポン券
※他クーポンとの併用不可
※2025年12月24日まで有効

南蔵王町2-22-5 新市町新市80-1 神辺町新徳田522-1 多治米町1-10-15-1F

安心・丁寧・地域密着にて福山市内4店舗

目標を達成する時、
前足で無駄な抵抗をします



藤井専務



●文：藤井ひとみ(石屋ママ)

エフエムふくやま レディオBINGO
みどりのオアシス 第2水曜日 10時30分
「びんごもぎたて情報」に藤井和幸 代表 出演中

株式会社 彩聖
石の彩聖

福山市新涯町6丁目15-22 ☎084-954-3822

営業時間：AM10:00～PM5:30

0120-594-548



石屋ママの 奮闘記

わが家の愛犬あむは、毎晩私か娘と一緒に寝て
います。人に触れていると安心するの自分
の体をくっつけてくるのですが、今夏の猛暑に
加え犬の平熱は38度前後、エアコンをつけて
いてもかなり暑苦しい(汗)。離れてはくっつき
を繰り返しながら、寝不足で朝を迎えること
もしばしば。
目が覚めてからも、あむのご飯の準備や朝晩
の歯磨き、トイレシートの交換、涙やけ防止目
薬の点眼など、子どもたちと変わらないくらい
手がかりあります。
「産んだ覚えのない白いモフモフの4人目
の子どもはかわいい？」と娘によく聞かれます
(笑)。「ママの所へ行つとき」と言われると私
のところにとことこやってくるふわふわモフ
モフのあむ、可愛くないわけがありません!!
いつか介護が必要になる日が来ると思いま
すが、愛情いっぱい育てていこうと思いま
す。



漢方の『元氣堂』の藤井章子です。漢方相談を始めて32周年を迎えます。皆様の健康づくりのアドバイスや、体質改善の為の漢方薬をご相談のうえ選薬させていただきます。

「不妊治療中」にも漢方薬！
不妊治療の結果が出ない方、妊娠できてもすぐに流産するという方、漢方で妊娠しやすい身体づくりをしませんか。病院での不妊治療の方でもサポートする漢方があります。
体外受精をしても良い卵子がとれなかったり、良い受精卵でもなかなか着床しなかったりする方は、まず漢方でホルモンや血流を改善します。すると「冷え性」や「生理」が整い、質の良い卵子を作ることができます。
当店では、素材にこだわった漢方薬をそろえています。ご夫婦に合う漢方薬をお選びすることで、40代のご夫婦や二人目不妊の方にも大変喜ばれています。まずは、ご相談ください。



漢方の元氣堂
084-945-0664

福山市引野町5-11-29
☎10:00～19:00
休日・祝



東福山駅
南口
徒歩5分

抽選で
当たるよ!



10月 11月 12月
RB 読者プレゼント



プレゼント賞品によって応募締め切り日が異なりますのでご注意ください。

A 10月

スイートポテト
POTCOOK



5名様

B 10月

むぎっこ栗っ子(3個)
御菓子所 勉強堂



3名様

C 10月

尾道中華そば5人前(麺・スープのセット)
松岡製麺(有)



3名様

D 11月

府中味噌・粕の浦みりんを
使用した「みそだれ」
和顔(わけん)



5名様

E 11月

鮎の甘露煮(2尾)
無憂館



3名様

F 11月

ポレポレだるまのほめられプリンと
お好きな『だるまもり』セット
POLE POLE BRAVO



5名様

G 12月

鉄人ソックス(5本指タイプ 23~25cm)
テツローショップ



5名様

H 12月

図書カード1,000円分
啓文社ポートプラザ店



2名様

I 10月 11月 12月

映画ペア招待券
(株)フューレック



3名様
(各月1組様)

< 応募方法 >

次の①～⑦を記入して、ハガキまたはメールで応募を。

- ①希望する賞品のアルファベット(いずれか1つ) ②〒・住所
③氏名(ラジオネームがあれば一緒に) ④年齢・性別 ⑤電話番号 ⑥RBの入手場所(店名等)
⑦RBやラジオBINGO、パーソナリティへの感想(ラジオネームで誌面や番組内で使用する場合があります)

【当選の場合】D G 引換券を発送しますので、エフエムふくやまでお受け取りください。

A B C E F 引換券を持って店舗でお受け取りください。

H I 発送します。

※当選発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。 ※個人情報は発送のみに使用します。

応募先

- ハガキ：〒720-8555(住所不要) エフエムふくやま「RBプレゼント」係
●メール：bingo@fm777.co.jp

応募締め切り

- 10月の賞品
10月31日(金)必着
11月の賞品
11月30日(日)必着
12月の賞品
12月31日(水)必着