

みんなのふれあいセンター

倉敷民主会館



会館だより

クラフト体験で、自分時間を・・・



お子さまに、お友達への
プレゼントに♪

マイバッグと一緒に、

マイはしを持って出かけよう♪

託児付き

☆受講生募集中☆

「おはし&はし置きをつくろう！」

10月8日(火) 10:00~12:00

※詳しくはチラシを見てね！

9月の講座

- 8日(金) スパイスカレーをつくろう
- 13日(水) おすそわけ会
- 25日(月) アート筆文字
- 27日(水) すこやか料理
- 28日(木) いきいきサロン

あたらしいほん なかまい 新しい本が仲間入り！

- 「けなげな野菜図鑑」 ●「親といるとなぜか苦しい」
稲垣栄洋 監修 リンジー・C・ギブソン 著
- 「大ピンチずかん」 ●「ハンチバック」
鈴木のりたけ 著 市川沙央 著
- 「ミッケ！ゴーストハウス」 ●「70歳、すっぴん人生」
ウズ 糸井重里 訳 研ナオコ 著
- ◎「子どもを守る言葉」 ●「光のどこにいてね」
『同意』って何？ 一穂ミチ 著
レイチェル・ブライアン 作



こま お困りごとはありませんか？

倉敷民主会館は、日ごろからお悩みごとやお困りごとの相談を受け付けている公共の施設です。
秘密は守ります。お電話またはご来館にて、ご相談ください。

インターネットでカラー版が見られるよ！

倉敷民主会館

検索

なつ 夏やすみ講座レポート

こんなおれ、初めて！

くーびっと



うわー！桁がいっぱい！
日本のお金といくらで
交換できるのかな？

最後に、自分の名前を
ウッドバーニング！
うまくできたかな？



7/25 キッズマネー教室



いらっしやいませー！

どうやったら、売れるの？
商品の良さ？並べ方？声
かけ？売って大変^^

ふじろー



7/28 おはしをつくろう



自分だけのお箸を、
ヤスリで削るよ！

せんしゅうちゅう
全集中

はや早くやってみたい！

7/31 ちゃれんじクッキング



みんな、真剣に頑張っていたよ。
美味しいデミカツ丼できたね！



卵を割るときには、
手をハートにしてお
から・・・スピード！

先生の言う通りにしたら
生卵が上手に割れたわ！



くーみん

8/2 おやこ親子で米粉クッキング



熱いうちに、
めん棒で丸める！

できたよ！



年中さんから、
6年生までの、子
どもたちが、初め
ての場所で緊張
しながらも、いろ
いろなことをや
り遂げたよ！

次号で、夏休み講座の後半をレポート



みんなの頑張りをみて、
感動したよ！ありがとう！





「敬老の日」に寄せて



9月の第3月曜日に当たる18日は、「敬老の日」です。

この日は国民の祝日に関する法律で、「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う日」と定められています。

「敬老の日」が国民の祝日として制定されたのは1966年のことです。今から57年前のことですが、当時と比べて現在の社会環境は大きく様変わりしています。

戦後以降、栄養摂取状況や衛生環境、医療技術の進歩などによる生活環境が改善され、平均寿命は飛躍的に伸びました。倉敷市でも令和4年9月末現在、65歳以上の高齢者人口は、133,080人、高齢化率は27.8%となっています。また、少子化や核家族化など、ライフスタイルの変化が一層進み、三世同居の家族が著しく減少したことで、一人暮らしの高齢者も増加傾向となっています。

このような状況の中、年齢とともに身体的に衰えてきて外出が困難になり、地域のひとと話をすることが少なくなるなど、高齢者の社会的孤立が進んでいます。また、虐待を受けたり、高齢者の気持ちが大切にされない過度な介護が行われたりすることも見聞きします。

高齢になっても、自主性が奪われたり尊厳が傷つけられたりすることは決してあってはなりません。

私たちは、これから高齢者の方とどのように接していけばよいのでしょうか。

高齢者に寄り添い、孤立しないように話しかけることから始めてみませんか。そうすることで、高齢者が多年にわたり社会につくしてきた豊かな知識や経験を活かせる場所や、情報・サービスなど、多くの社会資源に結びつくような手助けにつながっていくのではないのでしょうか。

私たちの行動で、高齢者も住み慣れた地域のひととして尊重され、安心して生き生きと暮らせると思っています。

「敬老の日」には、身近な高齢者の方に感謝の気持ちを伝えてみてはどうですか。

《隣保館共通号》

毎月、5つの隣保館が交代で担当しています。
今月号は水島会館です^^



ボランティアありがとうございます！



7月のことですが、近隣に住む方の手助けを得て、東門の芝刈りをしたよ。
たまたま遊びに来ていた小学生が、手伝いを申し出てくれたんだ。遊びの延長で楽しんで作業をしてくれたよ。
どんなときでも、楽しめる才能はみないたいね！





講座・サークル活動予定表

★会館主催講座

●サークル活動

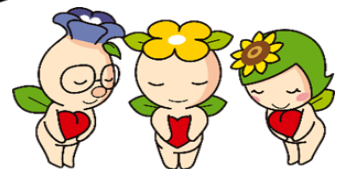
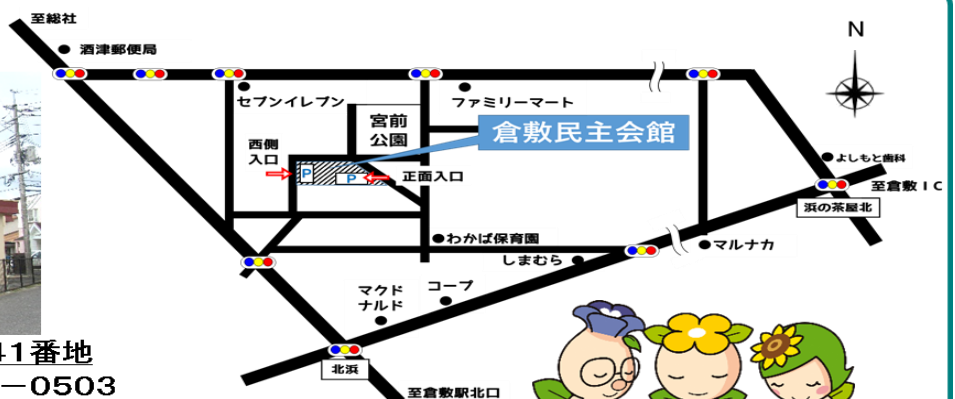
日	月	火	水	木	金	土
	◆8月2日時点の予定表になります。				1 ●生命の貯蓄体操 9:00-11:00 ●なかよし会 10:00-12:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00 ●I T ふたば会 13:00-17:00 ●わかば会 13:00-16:00	2 休館日
3 休館日	4 ●ヨガサークル 10:00-11:30 ●はつらつ' 9 7 13:30-15:30	5 ●フラダンスを楽しむ会 13:30-15:30 ●花の街サロン 10:00-12:00	6 ●手話クラブ 10:00-12:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00	7 ●花の街サロン 10:00-12:00 ●すみれ会 13:00-16:00 ●フルーツを楽しむ会 14:00-16:00 ●G7 13:30-15:30	8 ★スパイスカレーをつくらう 9:30-13:00 ●生命の貯蓄体操 9:00-11:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00 ●チームシニア 13:30-16:00	9 休館日
10 休館日	11 ●ヨガサークル 10:00-11:30 ●はつらつ' 9 7 13:30-15:30 ●アートフラワー 10:00-12:00	12 ●フラダンスを楽しむ会 13:30-15:30 ●花の街サロン 10:00-12:00	13 ★おすぞわけ会 15:00-16:00 ●手話クラブ 10:00-12:00 ●いすヨガサークル 10:00-12:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00	14 ●すみれ会 13:00-16:00 ●フルーツを楽しむ会 14:00-16:00	15 ●生命の貯蓄体操 9:00-11:00 ●わかば会 13:00-16:00 ●パステルアート 13:00-15:30 ●カラオケサークル 13:00-16:00 ●I T ふたば会 13:00-17:00	16 休館日
17 休館日	18  休館日	19 ●新婦人 9:30-12:00 ●花の街サロン 10:00-12:00	20 ●手話クラブ 10:00-12:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00	21 ●花の街サロン 10:00-12:00 ●すみれ会 13:00-16:00	22 ●生命の貯蓄体操 9:00-11:00 ●なかよし会 10:00-12:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00	23 休館日
24 休館日	25 ★アート筆文字 10:00-12:00 ●ヨガサークル 10:00-11:30 ●はつらつ' 9 7 13:30-15:30 ●うたごえたんぽぽ 13:30-15:30	26 ●新婦人 13:00-16:00 ●花の街サロン 10:00-12:00	27 ★すこやか料理 9:30-12:00 ●手話クラブ 10:00-12:00 ●いすヨガサークル 10:00-12:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00	28 ★いきいきサロン 11:00-14:30	29 ●生命の貯蓄体操 9:00-11:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00	30 休館日

会館のご案内

倉敷民主会館



〒710-0065 倉敷市宮前641番地
 《TEL&FAX》(086)423-0503
 《E-mail》d-hall-kr@city.kurashiki.okayama.jp
 《開館時間》月～金 8:30～17:15(土日祝は休館)



まいつき かいさい
毎月1回開催！！

ごきんじょ
「互近助パントリープロジェクト」

おすそわけ会

にちじ 日 時：9 / 13 (水) 15:00-16:00

ばしょ 場所：倉敷民主会館

※会館正面駐車場は使えません。西側駐車場をご利用ください。



もうしこみ
申込
ふよう
不要

む りょう
無 料

しょくりょうひん
食 料 品
にちようひん
日 用 品
ていきょう
などの提供

て
手ぶらでOK!
(マイバッグ)

だ れ で も
き が る に
き て ね ♪



倉敷市人権啓発キャラクター
「くーみん」

こま
お困りごとの
そうだん しえん
相談・支援



あつ
集めています!

使わなくなったおもちゃ
(こわれていないもの)

好みではないおかし
(未開封のもの)

さまざまな団体などから倉敷市社会福祉協議会へ寄せられた食料品や日用品を、地域の必要な方に無料で配布する活動を通して、「お困りごと」の相談・支援やご近所の「繋がりがづくり」を応援する取り組みです。

お問い合わせは・・・
倉敷民主会館

【住所】倉敷市宮前641番地 【TEL】(086)423-0503
【Mail】d-hall-kr@city.kurashiki.okayama.jp
【開館時間】(月)～(金)8:30-17:15(土日祝のぞく)

筆ペンを使って楽しもう♪♪

筆で遊ぼう！

※写真は全て R4 年度の受講生の作品です。

はじめて
さん
大歓迎

9月25日(月) 10:00~12:00

いつもと違う筆ペンの使い方をします。ぐーっと筆をおしつけたり、
強弱をつけて文字をかいたり、ハートを文字にみたててみたり・・・。

お手本は特にありません。

とりあえず、やってみる。自由きままにやってみる。

とにかく、筆ペンでおもうぞんぶん遊んじゃおう！

そんな楽しい講座です♪ご参加お待ちしております♪



ポチ袋やちょっとした
封筒・メッセージカード
など作ってみよう



場 所：倉敷民主会館

講 師：黒瀬 かおり さん
(感性筆セラピスト)

参加費：150円

持ち物：筆ペン(筆先の柔らかいもの)

※持っていない人は実費負担で

講師より購入可。

申込時にお申し出ください。

色を付ける道具(色鉛筆、色ペン等)

紙はさみ・のり

申込み：電話・FAX・メール・窓口にて

定 員：10名(先着順)

締切日：9月19日(火)まで

たまにはリフレッシュしてみませんか？



託児が必要な方へ

<対象>1歳から就学前の幼児

<申込>事前に申込みが必要です

<保険>保険には加入しますが、事故
等の補償は保険の範囲内とな
ります。

<荷物>お子様に必要な荷物は一つに
まとめてください。
おむつ・ビニール袋・飲み物
おやつ等必要に応じてご準備
ください。

倉 敷 民 主 会 館

倉 敷 市 宮 前 6 4 1 番 地

電話&FAX 086-423-0503

メール: d-hall-kr@city.kurashiki.okayama.jp

9月いきいきサロン

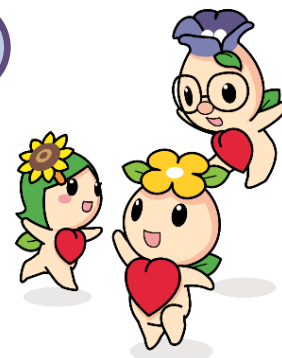
令和5年9月28日(木)

午前の部 11:00~12:00

●暮らしに役立つ学習会

「知っておきたい暮らしの制度」がテーマのお話です。

講師：倉敷医療生活協同組合 健康事業部 田邊 昭夫さん



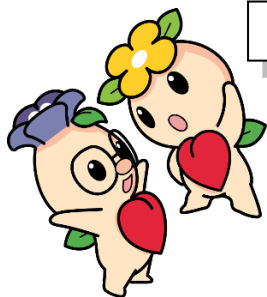
昼食タイム 12:00~13:00

午後の部 13:00~14:30

●音楽にあわせて体を動かしてみよう!!

みんなで体を動かして若さを維持しよう!!

講師：中島 孝子さん



- 場 所 倉敷民主会館
- 参加費 200円(弁当代)
- 対象者 65歳以上
- 募集定員 20名
- 1日通して参加できる方
- 動きやすい服装でお越しください。

●申し込み方法

9月1日(金)~9月15日(金)の間に電話・FAX・窓口にてお申込みください。

※1度の申し込みで、ご本人様を含め2名まで申し込み可能です。

※先着順ではありませんので、定員を超えた場合は抽選になります。

●受講のお知らせ 9月19日(火)に受講が決定した方のみに電話でご連絡いたします。

着信履歴があれば折り返しご連絡ください。

キャンセルがでたときは9月27日(水)までにご連絡いたします。

いきいきサロン申込書

		申込日 R5年 月 日	
ナ マエ 名 前	住 所	生年月日	昼間連絡のつく 電話番号
本人			
同伴者			

お問い合わせ先

倉敷民主会館
倉敷市宮前641番地

電話/FAX 086-423-0503

月曜日~金曜日 8:30~17:15(祝日は休館)

木材をつかって🌿SDGs🌿な

大人の木工体験♪

おはし&はし置き

をつくろう！！

🌱 10月3日(火) 10:00-12:00



紙やすりで木をけずって、好きな形にととのえるよ！

名前を入れたら自分だけのおはしのできあがり☆彡

【講師】アトリエキナリ さん 【定員】8名(先着順)

【材料費】1,000円 【持ち物】手ふきタオル

【申込期間】9月1日(金)～9月25日(月)まで

【申込方法】電話・窓口・メールにて

①講座名 ②お名前 ③連絡先 をお知らせください

※申込み締切後のキャンセルは、

材料費を負担していただく場合があります。



託児を希望の方へ

<対象>1歳から就学前の幼児

<申込>事前に申込みが必要です

<保険>保険には加入しますが、事故等の補償は保険の範囲内となります。

<荷物>お子様に必要な荷物は一つにまとめてください。

おむつ・ビニール袋・飲み物
おやつ等必要に応じてご準備
ください。

(お申込み&お問合せ)

倉敷民主会館

【住所】倉敷市宮前641番地 【TEL】(086) 423-0503

【Mail】d-hall-kr@city.kurashiki.okayama.jp

【開館時間】(月)～(金) 8:30-17:15 (土日祝のぞく)