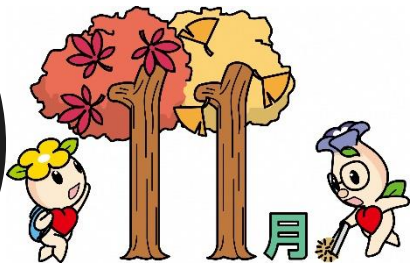
みんなのふれあいセンター

倉敷民主会館 会館だより

令和５年



★冬やすみ企画★

肉まん作り教室

をするよ☆彡

親子で肉まんをつくるよ♪
詳しくはチラシをみてね！

１２月２６日（火）９：３０～１３：００

11 月の講座

７日（火）	いきいきサロン（バス旅行）
１３日（月）	すこやか体操
１５日（水）	おすそわけ会
２２日（水）	すこやか料理
２４日（金）	なんでも法律相談
２４日（金）～３０日（木）	初級パソコン教室②
３０日（木）	冬の寄せ植え教室

12 月の講座

１日（金）	初級パソコン教室②
６日（水）	おすそわけ会
７日（木）	講演会「感染症と人権」
８日（金）	つどいカフェ＆骨盤ケア
１１日（月）	すこやか体操
１３日（水）	すこやか料理
１４日（木）	お正月飾りを作ろう
１８日（月）	ほかほか点心ランチ
２６日（火）	肉まん作り教室

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も Check！

倉敷民主会館

長島愛生園を訪れて

先日、ハンセン病の国立療養所である長島愛生園を研修で訪れました。
現在も入所されている方などのお話をうかがい、ハンセン病について詳しく学ぶことができました。
そしてハンセン病の元患者やその家族に対する差別は決して過去のものではなく、現在、そして将来にわたり続いていく恐れのあるものと理解することができました。

長島愛生園は、１９３０年(昭和５年)に日本で初めて国立ハンセン病療養所として設立されました。
当時、ハンセン病が感染症であることは分かっていましたが、有効な治療法がなく、国の政策として、療養所への隔離が行われたのです。
その後、１９４３年(昭和１８年)アメリカ合衆国で「プロミン」という治療薬が劇的な治療効果をもつことが確認され、ハンセン病は治癒可能な疾患となりました。また、感染力がとても弱く、早期に治療すれば、身体に障がいが残らないことも分かってきました。
しかし、１９９６年(平成８年)に「らい予防法」が廃止されるまで、強制隔離は続きました。入所者自らによる講演などの啓発活動で、徐々にハンセン病について正しく理解されるようになったものの、偏見や差別は今もなお続いているのです。

それではなぜ、ハンセン病が治癒する病気であることが明らかになっても、差別が続いてしまったのでしょうか？
それは、病気が進行すると、顔や手足などの一見して分かるところに、変形や機能障害が起こったからです。また、治療薬が開発されるまでは「不治の病」と考えられ、遺伝する病気であるとの誤解や、患者が家族から引き離されて強制的に療養所に入所させられたことから、「強い感染力をもった恐ろしい病気」であるといった間違った認識が定着してしまったのです。そのため、現在でも全国で約８００人の方が、病気が完治しているにもかかわらず、療養所で生活しています。そして亡くなっても、家族と同じお墓に入ることができない方もいるのです。

強制的に家族と引き離され、社会とも断絶され、療養所での生活を強いられたハンセン病患者の方々の気持ちは、想像がつかないほど、辛いものだったでしょう。このようなことが二度と起こらないように、私たちは、まずは知ること・学ぶことが大事なことだと実感しました。そして、確かな事実をまわりの人に伝え、偏見や差別をなくし、関心をもってもらえるように努めていきたいと思います。

《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。
今月号は児島民主会館です＾＾

講座のお申込み方法

申込みお待ちしてます～
実り多い秋にしたいね♪

●申込開始日は「すこやか体操」以外は 11 月 1 日(水)からです。締切日は講座によって異なります。
●申込方法は、窓口・電話・メールです。
●申込先は　**倉敷民主会館　倉敷市宮前 641 番地**　　**電話（０８６）４２３－０５０３**
e-mail　d-hall-kr@city.kurashiki.okayama.jp

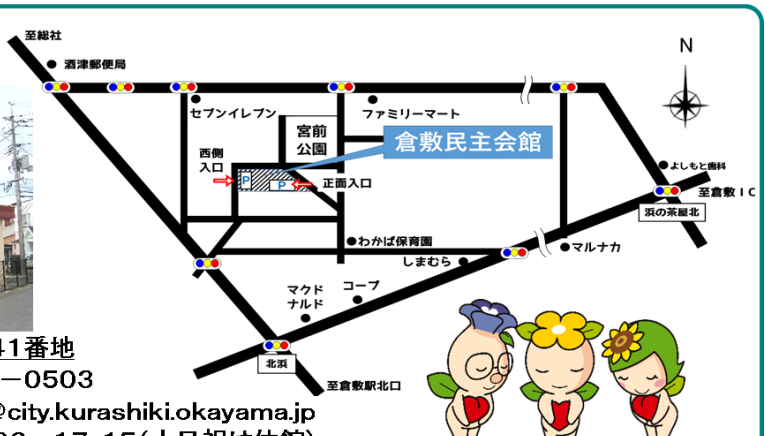
講座・サークル活動予定表

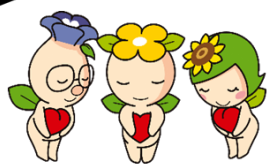
★会館主催講座
●サークル活動

	月	火	水	木	金	土
			1 ●手話クラブ 10:00-12:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00	2 ●花の街サロン 10:00-12:00 ●すみれ会 13:00-16:00	3 休館日 	4 休館日
5 休館日	6 ●ヨガサークル 10:00-11:30 ●はつらつ’97 13:30-15:30	7 ★いきいきサロン 9:00-16:00 ●花の街サロン 10:00-12:00 ●フラダンスを楽しむ会 13:30-15:30	8 ●いすヨガサークル 10:00-11:30 ●手話クラブ 10:00-12:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00	9 ●すみれ会 13:00-16:00 ●G７ 13:30-16:00	10 ●生命の貯蓄体操 9:00-11：30 ●なかよし会 10:00-12:00 ●IT ふたば会 13:00-17:00 ●わかば会 13:30-16:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00 ●チームシニア 13:30-16:00	11 休館日
12 休館日	13 ★すこやか体操 13:00-14:30 14:30-16:00 ●ヨガサークル 10:00-11:30 ●はつらつ’97 13:30-15:30	14 ●花の街サロン 10:00-12:00 ●フラダンスを楽しむ会 13:30-15:30	15 ★おすそわけ会 15:00-16:00 ●手話クラブ 10:00-12:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00 ●新婦人 13:30-15:30	16 ●花の街サロン 10:00-12:00 ●すみれ会 13:00-16:00	17 ●生命の貯蓄体操 9:00-11:30 ●IT ふたば会 13:00-17:00 ●わかば会 13:30-16:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00 ●パステルアート 13:30-15:00	18 休館日
19 休館日	20 ●ヨガサークル 10:00-11:30 ●アートフラワー 10:00-12:00 ●はつらつ’97 13:30-15:30 ●うたごえたんぽぽ 13:00-15:00	21 ●花の街サロン 10:00-12:00 ●新婦人 9:00-12:00	22 ★すこやか料理 9:30-12:00 ●いすヨガサークル 10:00-11:30 ●手話クラブ 10:00-12:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00	23 休館日 	24 ★初級パソコン 教室② 10:00-12:00 ★なんでも 法律相談 13:00-16:00 ●生命の貯蓄体操 9:00-11:30 ●なかよし会 10:00-12:00	25 休館日
26 休館日	27 ★初級パソコン 教室② 10:00-12:00 ●ヨガサークル 10:00-11:30 ●はつらつ’97 13:30-15:30	28 ★初級パソコン 教室② 10:00-12:00 ●花の街サロン 10:00-12:00 ●新婦人 13:30-15:30	29 ★初級パソコン 教室② 10:00-12:00 ●手話クラブ 10:00-12:00 ●カラオケサークル 13:00-16:00	30 ★初級パソコン 教室② 10:00-12:00 ★冬の寄せ植え 教室 13:30-14:30 14:30-15:30 ●すみれ会 13:00-16:00	◆10 月15日時点の予定表になります。会館空き状況についてはお問い合わせください。	

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）

毎月１回開催！！「互近助パントリープロジェクト」

おすそわけ会

日　時：１１／１５（水）１５：００－１６：００

場　所：倉敷民主会館

倉敷市社会福祉協議会
スタッフさんも来てくれます♪

手ぶらでOK！
（マイバッグ）

♡わけあおう♡

無　料

申込
不要

お困りごとの
相談・支援

食料品・日用品
などのおすそわけ♪

♡つながろう♡

「くーぴっと」

だれでも
きがるに
きてね！

「ふじろー」

集めています！

つかわなくなったおもちゃ

（こわれていないもの）

家に眠っている食料品

（未開封・賞味期限内のもの）

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「つながりづくり」を応援する取り組みです。

お時間都合がつく方！「男性の部」あります！

すこやか体操

疲れにくいカラダを作ろう

寒暖差によって、疲れがたまりやすい季節です。

気持ちよ～く体を伸ばすことを体験してもらうプログラムです。

大歓迎
- ✔体が固い
- ✔運動が苦手
- ✔講座がはじめて

人と比べない、自分の体と向き合う時間です。ゆったりと伸ばすことで体も心も**スッキリ**体験しませんか

11月13日(月)・12月11日(月)　女性の部　13:00～14:30　男性の部　14:30～16:00

●定　　員　各部　15名（先着順・ご希望の日をお知らせください）
●参 加 費　無　料
●準 備 物　汗拭きタオル・ヨガマット（ない方にはお貸しします）
　　又はバスタオル　　※運動しやすい服装でお越しください。
●申込期間　11月10日（金）まで
　　※12月開催分の締め切りは12月8日（金）まで

●講師：塩尻　純　先生

初級パソコン教室

参加費無料

１１月２４日（金）・１１月２７日（月）・１１月２８日（火）
１１月２９日（水）・１１月３０日（木）・１２月　１日（金）

全６回講座　**各回１０：００－１２：００**

講　　師：樋上　卓巳さん
定　　員：５名（＋持ち込み１名）※応募多数の場合、**抽選**になります。
使用機器：Windows10のノートパソコンを使用
申 込 み：窓口・電話・メールにて①お名前　②住所　③連絡先をお伝えください。
　　※メールでお申込みの際は、件名に「初級パソコン教室」とお書きください。
申込期間：１１月１日（水）～１１月１６日（木）
抽 選 日：１１月１７日（金）に**受講が決定した方のみ**にご連絡いたします。
　　※不在着信があった場合は、折り返しお電話をお願いします。

原則６回全て出席の方を募集です！

おすすめポイント！
① 基礎から丁寧に教えてもらえます！
② エクセル・ワードを学べます！
③ 年賀状を作成します！

冬の寄せ植え教室

11 月 30 日（木）A　13:30-14:30
B　14:30-15:30

講　　師：齋藤　哲也さん
材 料 費：1200 円（当日お支払いください）
定　　員：各回 10 名（先着順）
持 ち 物：はさみ・持帰り用袋
申込期間：11 月 1 日（水）～11 月 22 日（水）
申込方法：窓口・電話・メール
①お名前　②住所　③連絡先　④ご希望の時間
をお伝えください。

～託児が必要な方へ～

対　象：1 歳～未就学児
申込み：事前に申込が必要です。
講座の申込時に①お子さんの名前
②生年月日　をお伝えください。

保　険：保険には入りますが事故等の補償は保険の
範囲以内となります。
持ち物：お子様に必要なものは一つにまとめてください。
オムツ・ビニール・お茶・お菓子　等

【講演会】

感染症と人権

受講料
無　料

12 月 7 日（木）10:00-12:00

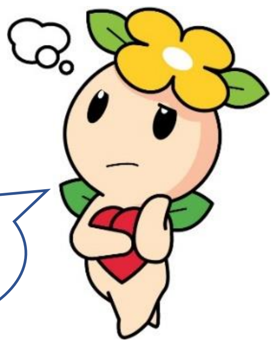
新型コロナウイルスは、私たちの間に偏見や差別を生んでしまいました。
私たちは未知のウイルスとどう向き合っていけばよいのか、一緒に考えてみませんか？

「私は〇〇県在住です」のステッカーを車に貼る人もいたね。

医療従事者への差別が問題になったよね。

マスクをつけられない人への配慮も求められた・・？

ハンセン病って知ってる？



講　　師：安倉　宏明さん（元中学校教員）
定　　員：２０名
申込期間：11 月 1 日（水）～12 月 6 日（水）
申込方法：窓口・電話・メールにて

つどいカフェ＆骨盤ケア

日時：12月8日（金）10:00～12:00

女性ならどなたでも♪
親子で参加も大歓迎♪
（講座当日もお問合せ可能♪）
年齢問いません♪

腰痛や尿もれ、便秘などの悩みはありませんか？
産前産後、家事育児、仕事、更年期‥
いつも頑張っている全世代の女性対象の骨盤ケアです♪

骨盤ケア後は、おしゃべりタイム♪
女性の健康と性の専門家、地域の助産師しゃのんさん
を囲んで、気になることをみんなでお話しませんか？

助産師　しゃのん香織さん

講　　師：しゃのん香織さん　　申込期間：11月1日（水）～12月7日（木）
定　　員：１０名　　申込方法：窓口・電話・メールにて

おしゃれ生活⑤

お正月飾りを作ろう

12月14日（木）10：００～12：００

託児あります！
ニコリフレッシュしませんか？

講　　師：杉田　由美さん
材 料 費：1200円　（当日お支払いください）
定　　員：10名（先着順・年齢・性別問いません）
持 ち 物：はさみ・持帰り用袋
申込期間：11月1日（水）～12月6日（水）
申込方法：窓口・電話・メール

※申込期間が過ぎてのキャンセルは材料費がかかる場合がございます。

～託児が必要な方へ～

対　象：1歳～未就学児
申込み：事前に申込が必要です。
　　講座の申込時に①お子さんの名前
　　②生年月日　をお伝えください。

保　険：保険には入りますが事故等の補償は保険の
　　範囲以内となります。
持ち物：お子様に必要なものは一つにまとめてください。
　　オムツ・ビニール・お茶・お菓子　等

ほかほか点心ランチ♪

12月18日（月）９：３０～１３：００

肉まん・あんまん　好きな人だったら誰でもＯＫ！
いっしょに　点心ランチを作ってみませんか？

お品書き

- 肉まん
- あんまん
- 春雨スープ
- 棒棒鶏サラダ
- レモン杏仁豆腐

講　師：有井　京子さん
材料費：1200円（当日お支払いください）
定　員：12名（先着順・性別・年齢問いません）
持ち物：エプロン、三角巾、マスク
申込期間：11月1日（水）～12月8日（金）
申込方法：窓口・電話・メール

※申込期間を過ぎた場合のキャンセルは材料費がかかる場合がございます。

親子教室②

冬やすみ企画

肉まん作り教室

12月26日（火）　９：３０－１３：００

できたてを味見（あじみ）しちゃおう

◆MENU◆
◆肉まん　６こ
◆クルミまんじゅう　６こ

サクッとしたまんじゅうができちゃうよ♪

●講　師　小若　由記子さん
●材料費　１組　1000円（当日お支払いください）
●定　員　年中～小学生と保護者５組　（**抽選**）
●持ち物　エプロン・三角巾・マスク・うわばき
手拭きタオル・
手拭きタオルをエプロンにつける安全ピン
持帰り用タッパー・水筒

●申込期間　11月1日（水）～11月22日（水）まで
※11月24日（金）に*当選した方にのみ*
電話又はメールでお知らせいたします。
※電話の方は着信（086-423-0503）がありましたら折り返し連絡をお願いします。
●申込方法　窓口・電話・メールにて