

くらしきたましまいけうねかいかん
倉敷市玉島池畝会館

April

会館だより 4

2025

福祉と人権のまちづくり、共に生きる地域づくり

だい かい ぶん か さい

第31回ふれあい文化祭

バルーンアーティストてっちさん

なにかできるか
ワクワク
ドキドキ



おかやまり かだいがくがくせい
岡山理科大学学生さん



空気の力を使ったおどろきの
サイエンスショー☆

パンフルートの音色とうたごえが
こころにひびいたよ



パンフルート演奏今井 勉 さん

らいじょう

ご来場ありがとうございました



トン汁
あまぎ
マレーシア料理
パンにスイーツ
ポテトにからあげ
野菜やくだもの
などなど、沢山の
ご協力、ご出店
ありがとうございました



こんげつ ないよう
今月の内容

- 講座報告
- 参加者募集
- しゅわSHUSHUSHU
- 人権コラム

カラー版の会館だよりをインターネットからご覧いただけます！

たましまいけうねかいかん
玉島池畝会館

けん さく

検索



こうざほうこく だい かい ぶんかさい 講座報告 第31回ふれあい文化祭

3月2日(日)♪みんなで楽しい時間をすごしたよ♪



じん けん コラム

むじゃきのなかに

「A型の人は◇◇で、O型の人は△△だね」「B型の人は□□だし、AB型の人は☆☆だったり」血液型による性格診断は、楽しい話題のひとつですよ。血液型の性格診断を聞いて、私にはこんないいところがあるんだなと思ったり、「この人は○○な性格なんだろうな〜」と考えることはありませんか？

言われて嬉しいこともあれば、反対に血液型だけで何かを決めつけられたりして、嫌な気分になることもあるでしょう。このように、A・O・B・ABの4つの血液型のタイプで人の性格を判断して「O型だからこうあるべき」というような言動をし、相手に心理的苦痛を与えることを「ブラッドタイプ・ハラスメント(ブラハラ)」というそうです。

○○ハラスメントというと、嫌がらせやいじめと同じく悪意を持って、相手を傷つけることが多いというイメージですね。しかし、むじゃきに言ったひとことやそんなつもりが無いことでも、相手を傷つけてしまうことや、誤った固定観念をもって不快にさせるような言動をしていることが無いとはいいきれません。

何気ない言動のなかに、「思い込みや決めつけ」や「自分では気が付かないうちに相手を傷つけていること」がないか？一度立ち止まり、自分を振り返ることで気づきにつながると思います。



和太鼓の音ははくりよくまんでん



たまししょうがこうこうわだぐみ 玉島商業高校和太鼓部

みんなそろってけんだまダンス♪



とみた児童クラブ

じょうずにおどれてかわいかったよ



いけうほいくえん 池畝保育園

えいごでじょうずにはなせたね



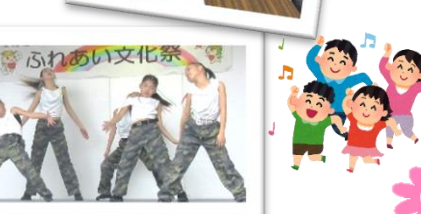
いけうわいかんえいかい わきしょうしつ 池畝会館英会話教室

ダンスにきづけ☆



ダンスチーム T&DJ

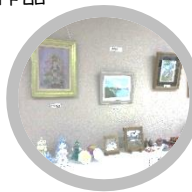
さかやまメガネをつくったよ



ステージショウ☆
ワークショップ☆
アート展☆



さんじょうさくひん 賛助作品



さんかしゅ 参加者募集

♡ ブラジル料理教室

4月14日(月) 10:00~13:00

♡ 栄養講座

4月15日(火) 10:00~12:30

♡ よりあい処茶あ茶あ

おすそわけの会

4月16日(水) 14:30~16:00

♡ かけっこ教室

4月27日(日) 9:30~11:30

♡ パソコン教室(全8回)

(入門) 5月9日(金) ~ 10:00~12:00

(初級) 5月9日(金) ~ 13:30~15:30

♡ パパとスイーツクッキング

5月10日(土) 9:30~13:00

詳しくはチラシをごらんください(*^*)

しゅわ SHU SHU SHU

春だ元気に『筋トレ』しよう♪
今月は『筋トレ』だよやってみてね☆



みぎて ひだりうで ちから
右手で、左腕の力を
ポンポンするよ☆

りょうて りょうむね
両手をグーにして、両胸を
同時にトントンするよ☆

監修：障がい福祉課 出演：池畝会館館長



がっこうど よていひょう 4月講座・サークル予定表



日	月	火	水	木	金	土
		1 ・書道サークル 10:00~12:00 ・陶芸サークル 13:00~	2	3 ・陶芸サークル 10:00~ ・ヨガサークル 13:00~15:00	4	5
6 習字教室 13:00~15:30	7	8 英会話教室 低学年17:00~ 高学年17:45~ 大人18:45~ 20:00 ・書道サークル 10:00~12:00	9 ストレッチ体操 教室 10:00~12:00	10 ・陶芸サークル 10:00~ ・ヨガサークル 13:00~15:00	11	12
13	14 ブラジル料理 教室 10:00~13:00	15 栄養講座 10:00~12:30 ・書道サークル 10:00~12:00	16 よりあい処 茶あ茶あ 14:30~16:00 おすそわけの会 15:00~16:00	17 ・陶芸サークル 10:00~ ・ヨガサークル 13:00~15:00	18	19
20 習字教室 13:00~15:30	21	22 英会話教室 低学年17:00~ 高学年17:45~ 大人18:45~ 20:00 ・書道サークル 10:00~12:00	23	24 ・陶芸サークル 10:00~ ・ヨガサークル 13:00~15:00	25	26
27 かけっこ教室 9:30~11:30	28	29 昭和の日	30	は会館主催の講座です。そのほかはサークルです。 ※予定は変更となる場合があります。これらの利用が無い、会館内の各部屋（大・小会議室、和室、図書室、調理室）は事前に申請していただくことで、ご利用可能です。 詳しくは、池畝会館までお気軽にお問い合わせください(*^*)♪		



～お知らせ～
あたらしい本が入っています。
気軽に借りに来てください♪
本のリクエストも受け付けて
います。職員までどうぞ！



倉敷市玉島池畝会館

TEL/FAX 086-526-3502

E-Mail ikeune@city.kurashiki.okayama.jp

倉敷市玉島道 3877-11

開館：月～金 8:30～17:15

※土日祝は休館



栄養講座 参加者募集

栄養満点のお料理を楽しく学びながら美味しくいただきますよう！！

年齢制限などございませんので、どなたでもご参加できます♪♪



4月15日(火)10:00～12:30

講師 岡本美佐恵さん（栄養士）
 場所 玉島池畝会館 調理室
 定員 先着12名程度
 参加費 500円程度（材料費実費）
 申込期間 ～4月11日(金)まで
 持参品 エプロン・三角巾
 マスク・米0.5合



<食物繊維たっぷりメニュー>

- ✿ あみえびとしょうがの
炊き込みご飯
- ✿ 若竹汁
- ✿ 納豆のきつね焼き
- ✿ 梅酒ゼリー

お申込方法

電話、会館窓口、メールで

- ①名前（ふりがな） ②住所
 ③連絡先 をお知らせください。

※直前のキャンセルは材料費をご負担いただくことがあります

令和7年度 栄養講座 年間予定

4月15日(火)	食物繊維たっぷりメニュー	10月21日(火)	エネルギー控えめメニュー
5月20日(火)	貧血予防の食事	11月18日(火)	子育て世代向けメニュー
6月17日(火)	食育メニュー(調理の基本)	12月16日(火)	塩分控えめメニュー
7月15日(火)	低栄養予防メニュー	1月20日(火)	野菜たっぷりメニュー
8月19日(火)	夏を乗り切る食事	2月17日(火)	倉敷市の食材を使ったメニュー
9月9日(火)	よく噛むメニュー	3月17日(火)	バランスの良い食事

◇開催時間 10:00～12:30

◇毎月申し込みが必要です。玉島池畝会館(TEL 526-3502)へお申込みください。

◇参加費として500円程度(材料費実費)、米0.5合、エプロン、マスク、三角巾が必要です

◇メニュー等は毎月の会館だよりをごらんください。

◇内容・日程を変更することがあります。ご了承ください。

◇直前のキャンセルは材料費をご負担いただくことがあります。



ブラジル料理教室



日時 4月14日(月)

10:00~13:00

場所 玉島池畝会館 調理室

講師 森下 マーレイ 先生

ブラジル料理店サボロザで人気メニューからピックアップ☆
ブラジルの家庭料理を教えてください

【参加費】1200円程度(先着11名)

【持ち物】エプロン、三角巾
ハンドタオル、筆記用具
タッパー(持ち帰る方)

※申し込み期間

配布後~4月7日(月)

メニュー

野菜のムケツカ

ブラジルソーセージ

のランチ♪♪

◆申込み・問合せ先◆

玉島池畝会館

月~金 8:30~17:15

(土日祝は休館日)

倉敷市玉島道口3877-11

電話・FAX 086-526-3502

✉ikeune@city.kurashiki.okayama.jp



写真はイメージです

お申込み方法

電話・会館窓口・メールで

①名前 ②住所 ③日中の連絡先
をお知らせください

はやく走るコツをマスターしよう!!

第10回

かけっこ教室



とき 4月27日(日) 9:30~11:30

※9:20までに池畝会館に集合してください

ところ 池畝会館 & 池畝運動場

対象 5歳程度~小学生 先着30人

(小学3年生以下は保護者同伴)

※未就学児にはすこしむずかしい運動もあります

楽しめる範囲で参加してください

託児はありませんのでご了承ください

講師 バーズ体操教室 スタッフ

持ってくる物 お茶・タオル・帽子・体育館シューズ
または上履き

☆ 運動のしやすい服装で参加してください

☆ 雨天の場合は、内容が変更になります

申込期間 4/18(金)まで

◆申込み・問合せ先◆

玉島池畝会館

月~金 8:30~17:15

(土・日・祝日は休館)

倉敷市玉島道口3877-11

電話・FAX 086-526-3502

✉ ikeune@city.kurashiki.okayama.jp

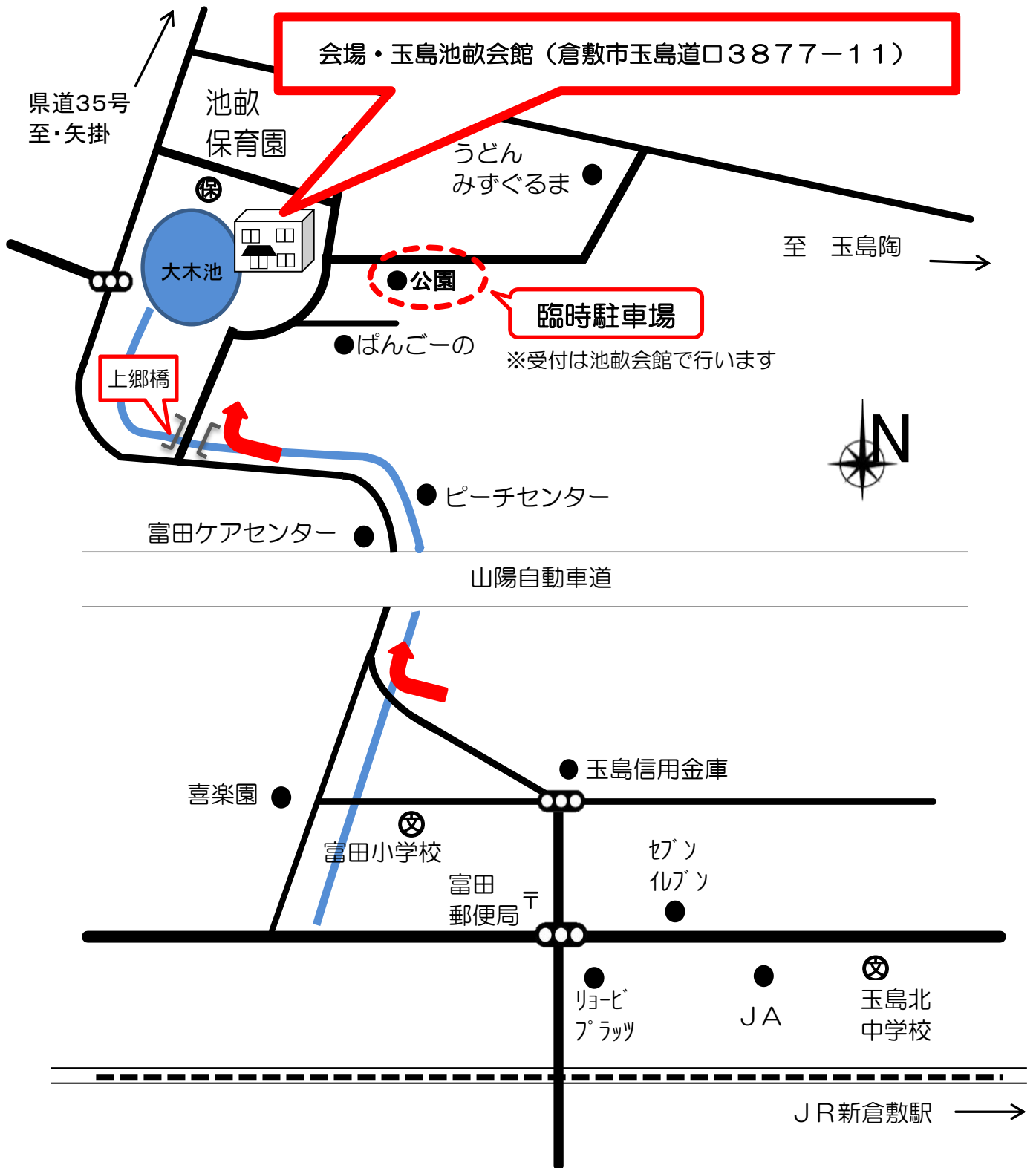
お申込方法

電話、会館窓口、メール、で

①名前(ふりがな) ②学年 ③住所 ④連絡先
をお知らせください。

周辺地図はこちら→

玉島池畝会館 アクセスマップ



◇JR 新倉敷駅北口より
車で10分(5km)

みんなで楽しく学びましょう  第1期

無料!

シニアやさしいパソコン教室

☆5月9日(金)開講 パソコン教室(全8回)のご案内☆

「パソコンがもっと上手に使えたらいいな」と思ったことはありませんか?
講師の先生が丁寧に指導していただきますので、誰でも楽しく学べます。
会館のパソコンをお貸しすることもできますので、お気軽にご参加ください。



電源の入れ方から学びたい方はこちら!

入門コース

5月9日~6月27日の
毎週金曜日



10:00~12:00

どちらか
お選びください



文字入力ができる方はこちら!

初級コース

5月9日~6月27日の
毎週金曜日



13:30~15:30

場 所：玉島池畝会館

講 師：下地 美枝子先生・福谷 清美先生

準 備 物：筆記用具、USB メモリースティック（保存用）、飲み物

※パソコン（Windows 10）は会館でご用意いたします。

対 象 者：高齢者、障がい者等

定 員：各コース先着8名程度

申込期間：令和7年4月1日(火)~4月30日(水)まで



◆申込み・問合せ先◆

玉島池畝会館

月~金 8:30~17:15

土・日・祝日は休館

倉敷市玉島道口3877-11

電話 086-526-3502

メールアドレス ikeune@city.kurashiki.okayama.jp

お申込方法

電話、会館窓口、メールで

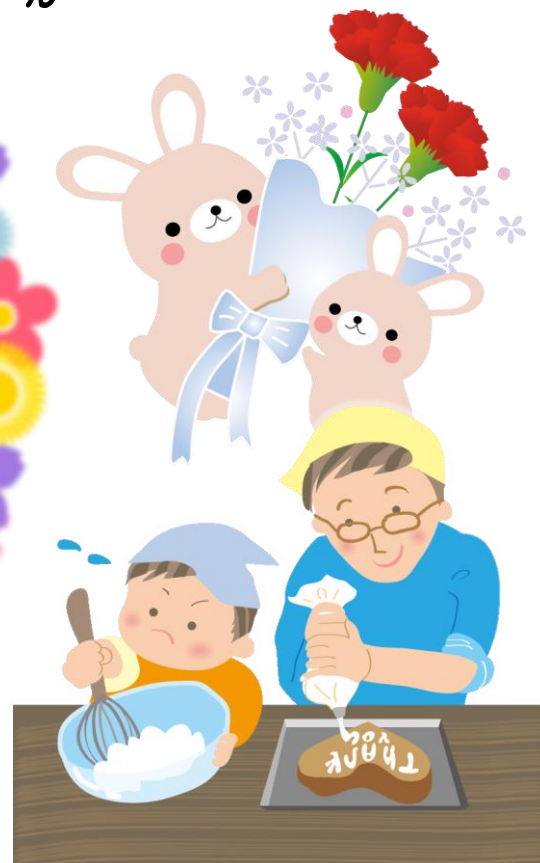
- ①名前（ふりがな）
 - ②住所
 - ③連絡先
 - ④生年月日
 - ⑤希望コース
- をお知らせください。



1day レッスン 会 for キッズパティシエ&パティシエール

パパとスイーツ クッキング

～母の日プレゼント大作戦～
フィナンシェ&
ドロップクッキー



5月10日(土)
9:30～13:00



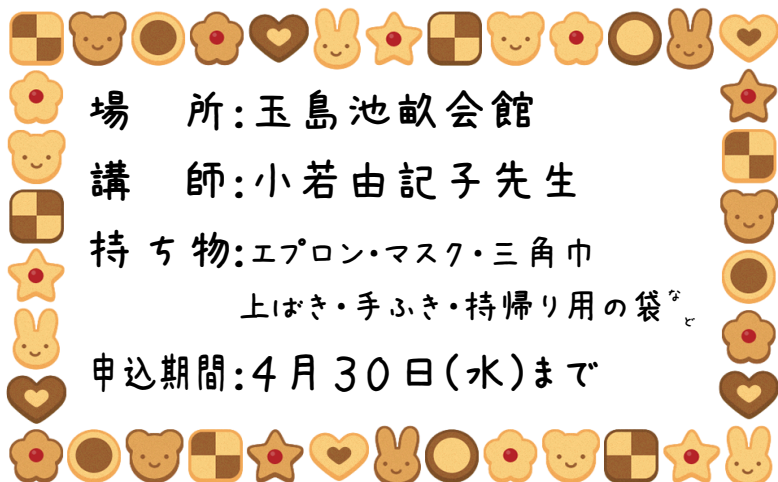
小学生とパパ(先着4組)

↑ママや祖父母でもOK(^-^)/☆



1200円/1組

(1組でフィナンシェ5個と
クッキーをつくれます)



場 所: 玉島池畝会館

講 師: 小若由記子先生

持 ち 物: エプロン・マスク・三角巾
上はき・手ふき・持帰り用の袋など

申込期間: 4月30日(水)まで

お申込みは

電話・メール・会館窓口にて

- ①子ども・保護者の名前
- ②子どもの学年
- ③住所
- ④電話番号

を下記へお知らせください

玉島池畝会館

倉敷市玉島道口3877-11

TEL/FAX (086) 526-3502

✉ ikeune@city.kurashiki.okayama.jp

開館時間 平日 8:30～17:15

(土日祝は休館)

ストレッチ体操教室

～身体を伸ばして 緩めて 動きやすい身体に～

『 身体ほぐしから始めるセルフケア 』

~~第1回 4月 9日(水) 10:00～12:00 受付終了~~

第2回 6月11日(水) 10:00～12:00

☆両日同じ内容でおこないます どちらかご都合の良い日でお申し込み下さい

＼先生のご紹介／

府木 薫（ふき かおる）先生は、健康運動指導士やピラティスインストラクターなど数多くの資格をお持ちで、多方面で活躍されている人気の先生です☆ 正しい体の動かし方を学んで、体の機能を向上させ、健康な体づくりをしていきましょう(≧▽≦) ♪

場 所：玉島池畝会館

講 師：府木 薫先生（健康運動指導士・ピラティスインストラクターなど）

参 加 費：無料

定 員：先着10名程度 *年6回ありますがその都度お申し込みが必要となります

持 ち 物：ヨガマット・飲み物 ※動きやすい服装でお越しください。

対 象 者：一般（年齢の枠はございません。どなたでも受講できます）

申込期間：～定員になり次第終了します

☆両日同じ内容でおこないます どちらかご都合の良い日でお申し込み下さい

◆申込み・問合せ先◆

玉島池畝会館

月～金 8:30～17:15

土・日・祝日は休館

倉敷市玉島道口3877-11

電話 086-526-3502

メールアドレス ikeune@city.kurashiki.okayama.jp

お申込方法

電話、会館窓口、メールで

①名前（ふりがな）

②住所

③連絡先

④生年月日

英会話 教室



けんがく & たいけん ♥ お好きな開催日に
あそびにきてね♪

☆参加したい日を会館にれんらくしてくださいね♪

池畝会館で英語を楽しく学んでみませんか☆お楽しみイベントもありますよ♪
気軽にまずは見学 & 体験お受けしておりますので、会館までご連絡くださいね(*^*)

☆とくに高学年と一般の教室(中高生 & 大人)希望のかた大歓迎です♪



低学年

高学年

中高生

大人

講師 ジェニー花田先生・丸林貴子先生

日時 毎月2回 第2・第4の火曜日

場所 池畝会館 1階和室

受講料 無料

- ・低学年の英会話教室 17:00～17:45
- ・高学年の英会話教室 17:45～18:45
- ・一般の英会話教室 18:45～20:00

(中学生以上・大人も学生もみんなきてね)

LET'S ENJOY
ENGLISH!