

水島会館

令和6年

3

月号

会館だより

参加無料の
抽選会もあるよ！
みんなで水島会館に
遊びに来てね♪

ジャンボ亭小なん
落語

大道芸人 NAAN
ステージショー

わくわく ふれあい フェスティバル

水島会館サークルの
ステージ発表♪
手芸や絵手紙の展示
も見に来てね！

2024.3.3日
10:00~15:00

会場：倉敷市水島会館

※詳しくは折込みチラシをご覧ください

似顔絵やバルーン
アートのワークショップ、
フードコーナーや
日用品等のバザーも
あるよ！



困っていること、お話ししてみたいことは
ありませんか？水島会館は
日ごろの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。
お電話または来館にてご相談ください。
秘密は守ります！

あなたと私 ころつながる ほとスペース

倉敷市水島会館

〒712-8012 倉敷市連島1丁目 10-33

TEL&FAX 086 (448) 1020

月曜～金曜 8:30～17:15 (祝日は休館)

当館のカラー版の会館だよりがインターネットからご覧いただけます♪

水島会館

検索



◆健康&栄養講座

日 時：3月26日(火)9:30~12:30
材料費：500~700円程度
定 員：5名(先着順)
準備物：エプロン、三角巾、手拭きタオル
申込期間：3月1日(金)~15日(金)
健康講座テーマ：簡単にできる運動
栄養講座テーマ：バランスの良い食事
メニュー：えびのトマトクリームパスタ
バジル風味の野菜スープ
春野菜の洋風白和え
ゆずゼリー

お申込みはお電話もしくは窓口で！
詳しくは折込みチラシをご覧ください♪

◆はじめてのやさしいヨガ教室

日 時：4~6月の第1・3金曜日
10:00~11:30 (全5回)
講 師：松下 桃子先生
受講料：無料
定 員：15名
※初めての方を優先して、
抽選により受講者の決定を行います
準備物：ヨガマット、飲み物
運動のしやすい服装でお越しください
申込期間：3月1日(金)~15日(金)

~ 互近助パントリー 開催します ~

日時：3月12日(火) 15:00~16:00

申し込みは不要です。どなたでもお気軽にお越しください！

※持ち帰り用の袋をご持参ください

毎月第2
火曜日



講座レポート



12/27(水)親子で肉まん作り教室を開催しました♪



冬になると食べたくなるほかほかの肉まん♪

冬休みに親子で挑戦しました！手作りなんて難しい❗

と思っていたけど、意外と簡単に

こんなに美味しく作れるなんて…と

感動がされていました！

蒸しあがったほかほか肉まんに

みなさん大満足でした👍



1/18(木)からカラダ作り教室(後期)がはじまりました♪

毎回大人気の田島先生の3回シリーズ講座です。

先生の指導では、身体の心地よさを

感じることができます✧身体の循環を意識

しながら、それぞれのペースで無理せず

じっくり緩めることができました。



みんなの人権ひろば

私の気持ちは言っではいけないの？

母「ねえ、Aの成績が下がっているから、ダンスをやめて塾へ通わせようと思うんだけど。」

父「そんなに急いで決めなくてもいいんじゃないの？」

母「あなたももっとAのことを考えてよ！いつも私一人が悩んでるんだから！」

Aちゃん「・・・・・・・・・・」

もうすぐ幼稚園・保育園や学校では進級や進学・卒業の季節を迎えます。新しく習い事を始めようと考えたり、親子で新たな目標を立てたりされるご家庭もあるのではないのでしょうか。我が子が幸せでいられるよう、親として出来る限りのことはしてあげたいと多くの方が考えていらっしゃると思います。

上の会話もちろん我が子の幸せを願う夫婦の会話だと思いますが、聞いていたAちゃんはどうな気持ちだったのでしょうか。もし本当の気持ちを言えずに閉じ込めてしまっていたとしたら、「自分の意見は聞いてもらえないんだ・・・」とやる気をなくしたり、自信を持てなかったりするかもしれません。

昨年4月に「こども基本法」が施行されました。こども基本法では、すべての子どもが自分の意見を伝えることができ、子どもの意見が尊重されることなどが基本理念として定められています。世の中にはいまだに「大人の意見に子どもは口を出さない」というような風潮が残っていたり、つい「子どもなんだから・・・」といった言葉を使ったりすることがあります。自分に関わることなのに、大人が子どもの意見を制限するばかりでは、自分の力を十分に発揮することや、自立していくことも難しくなるのではないのでしょうか。何か問題が起こったときに自分で対応できなくなるかもしれません。

子どもの意見を聞くということは、わがママを認めることとは違います。出来ることは応援して、出来ないことは話し合っ得できるよう気持ちを受け止めることが大切だと思います。それが子どもの成長や、様々な挑戦ができる未来を創ることににつながるのではないのでしょうか。

おしゃべりコールを知っていますか？

話して心を軽くしませんか？

不安なことや心配なことがあれば だれでも気持ちが落ち込みます。

そんなとき「誰かに聞いて欲しい」と思いませんか？

傾聴ボランティアが 心をこめてあなたのお話を伺います。

お気軽にお電話ください。

秘密厳守



TEL:086-448-1023 【毎月第2・第4水曜日 13:30~15:30】



3 月行事予定表



日	月	火	水	木	金	土
 ★は会館主催の講座・イベントです ◎はサークル活動です ※お部屋の空き状況はお問い合わせください					1 講座申込み 受付開始日!!	2 休館日
3 ★わくわく ふれあい フェスティ バル 10:00～ 15:00	4 ◎そよかぜサロン 13:00～16:00	5 ★つれづれ絵手紙教室 10:00～12:00 ◎楽らく会(カラオケ) 13:00～16:30	6 ◎スポーツ吹き矢 13:00～16:00	7 ◎たんぼぼの里(手芸) 10:00～15:00 ◎たんぼぼ(韓国語) 13:00～17:00	8 ★中国語講座 初級13:00～14:30 中級14:30～16:00 ◎そよかぜサロン(音楽療法) 13:00～15:00	9 休館日
10 休館日	11 ◎そよかぜサロン 13:00～16:00	12 ★互近助パントリー 15:00～16:00 ◎楽らく会(絵手紙) 10:00～12:00	13 ★傾聴ボランティア 養成講座 10:00～12:00 ◎スポーツ吹き矢 13:00～16:00	14 ◎たんぼぼの里(手芸) 10:00～15:00 ◎アロハ・スマイル 14:00～16:00	15 ★いきいきヨガ倶楽部 14:00～16:00	16 休館日
17 休館日	18 ◎そよかぜサロン 13:00～16:00	19 ◎楽らく会(絵手紙) 10:00～12:00 ◎楽らく会(カラオケ) 13:00～16:30	20 春分の日 休館日	21 ◎たんぼぼの里(手芸) 10:00～15:00 ◎たんぼぼ(韓国語) 13:00～17:00 ◎アロハ・スマイル 14:00～16:00	22 ★中国語講座 初級13:00～14:30 中級14:30～16:00 ◎そよかぜサロン(音楽療法) 13:00～15:00	23 休館日
24 休館日	25 ◎そよかぜサロン 13:00～16:00	26 ★健康&栄養講座 9:30～12:30 ◎連島東学区 栄養改善協議会 12:30～14:00 ◎楽らく会(絵手紙) 10:00～12:00	27 ◎スポーツ吹き矢 13:00～16:00	28 ◎たんぼぼの里(手芸) 10:00～15:00	29 ★いきいきヨガ倶楽部 14:00～16:00	30 休館日
31 休館日						

水島会館とは・・・

地域に開かれたコミュニティセンターです。各種イベント・講座・サークル活動の他、困りごとの相談を受けています。また、本の貸出や、卓球・将棋・オセロなども楽しんでもいただけます(講座・サークル等で部屋を使用中の場合にはお断りすることがあります)。どうぞお気軽にご来館ください。職員一同、心よりお待ちしております。



わくわく ふれあい



フェスティバル



2024.3.3日

10:00 - 15:00 会場：倉敷市水島会館

ステージショー・ワークショップ・フードコーナーなど楽しい内容がもりたくさん！

こどもからおとなまで1日中楽しめるイベントです♪みんなで水島会館へ遊びにきてね！！

14:20～
おたのしみ抽選会
参加費無料！
豪華景品が当たるかも!?

落語の
時間です♪
お腹を抱えて
大いに笑いましょう

落語家
シャボ亭
小なん

大道芸人

N
A
N

どんな
パフォーマンスが
飛び出すかな??

サークル発表

- ・そよかぜミュージックベル（ハンドベル）
- ・アロハスマイル カサブランカ（フラダンス）
- ・ぞうれっしゃ合唱団（合唱）
- ・楽らく会（カラオケ）
- ・連島セントラルウィンズ（演奏）



サークル提示・販売

- ・楽らく会（絵手紙展示）
- ・たのしいパステル（パステルアート展示）
- ・たんぽぽの里（手芸展示・販売）



フードコーナー

カレーライス・焼きそば
からあげ・フライドポテト
ぜんざい

チヂミ など

その他、フリーマーケットもあります♪



会館 MAP



※当日は臨時駐車場がございます

お問い合わせ：倉敷市水島会館 倉敷市連島1丁目10-33 TEL:086-448-1020

※チラシの内容は当日の状況により変更になる場合がございます

ステージショー プログラム

10:00~

かい かい
開会あいさつ

10:05~

はっぴよう
＜サークル発表＞ そよかぜミュージックベル（ハンドベル）

10:20~

はっぴよう
＜サークル発表＞ アロハスマイル カサブランカ（フラダンス）

10:50~

はっぴよう がっしやうだん がっしやう
＜サークル発表＞ そうれっしや合唱団（合唱）

11:20~

はっぴよう らく かい
＜サークル発表＞ 楽らく会（カラオケ）

12:00~

ひるきゅうけい
昼休憩

12:30~

ていこ らくご
ジャンボ亭小なんさん（落語）

13:00~

だいどうげいにん ナン
大道芸人NAANさん（ステージショー）

13:30~

はっぴよう づらじま えんそう
＜サークル発表＞ 連島セントラルウィンズ（演奏）

14:00~

じんけんようごいいん
人権擁護委員さんのおはなし

14:20~

ちゅうせんかい
おたのしみ！抽選会

人権擁護委員さんによる
「人権相談コーナー」もあるよ！
10:00 ~ 12:00

会場内にある人権クイズに答えて
プレゼントをもらおう！

楽しいワークショップコーナー

似顔絵コーナー

世界に一つだけの似顔絵を描いてもらおう！



1人構図 500円

※構図の中に1人追加
する毎に500円追加
となります

1家族(組) 1枚限り

佐藤 隆一郎さん

※午前・午後それぞれで整理券を配布しますが、予定より早く終了する場合がございます。
※写真等の持ち込みではお受けできません。来られたご本人様のみとさせていただきます。

バルーンアートコーナー

バルーンアートに挑戦！
かわいいどうぶつやかっこいい剣など
楽しみながら作ってみよう♪

齊藤 哲也さん

参加費 無料



10:00-12:00 / 13:00-15:00

全5回

はじめてのやさしいヨガ教室

毎日を頑張りすぎているあなたに…！癒しとほぐしの時間を体験してみませんか？
 ヨガで行う「脱力」は、ガチガチに固まってしまったココロとカラダを開放して、
 痛みや苦痛を和らげる効果が期待できます。ココロもカラダもリラックスして、
 いつまでも元気で過ごせる体づくりを目指しましょう。

日時【全5回】

※4～6月の第1・3金曜日

① 4月 5日（金）

② 4月 19日（金）

③ 5月 17日（金）

④ 6月 7日（金）

⑤ 6月 21日（金）

10:00～11:30

- 講 師 松下 桃子先生（国際ヨガ協会 岡山中央支部 支部長）
- 場 所 水島会館2F 大会議室
- 定 員 15名

※初めて受講される方を優先して、抽選により受講者の決定を行います。
 3月19日(火)までに受講が決定された方のみに連絡いたします。

- 対 象 高齢者及び障がい者等
- 受 講 料 無料
- 持 ち 物 ヨガマット(もしくは大きめのバスタオル)、飲み物
～運動のしやすい服装でお越しください～
- 申込期間 3月1日（金）～ 3月15日（金）

※お申込みはご本人様に限ります

～お申込み・お問合せ～

倉敷市水島会館

倉敷市連島1-10-33

TEL (086) 448-1020【月～金（祝日を除く）8:30～17:15】