

水島会館

令和6年

5

月号

会館だより



3月3日(日)に
会館まつりを開催♪
たくさんの方が来てくれて
とっても賑やかな1日に
なったよ◎



～会館まつりへのご協力 ありがとうございます～

水島会館サークルの発表や落語・大道芸でステージも盛り上がり、

似顔絵やバルーンのワークショップも大好評でした◎

フードコーナーではカレーや焼きそば、チヂミなど美味しいものがいっぱい♪

みなさんの笑顔があふれるとっても楽しい会館まつりになりました！

ご協力いただいたみなさま、ありがとうございました！！



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！

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♪

あなたと私 心をつなぐ 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)

水島会館

検索



参加者募集



お申込みはお電話もしくは窓口で！
各講座の詳細は折込みチラシをご覧ください♪

◆ふれあい喫茶 お気軽にお越しください♪

日 時：5月1日(水) 9:30～11:30

6月5日(水) 9:30～11:30

朝食代：100円 ※朝食の数には限りがあるため、
申込み：不要 予定より早く終了する場合がございます



◆親子 Cooking

親子でおでかけランチ BOX を作ろう♪

日 時：5月18日(土) 9:30～12:30

講 師：有井 京子さん

材料費：1人1,200円

◆大人の色えんぴつ画教室

本物のような絵が描けるコツを学ぼう♪

日 時：①5月23日(木) 9:30～11:30

②5月30日(木) 9:30～11:30

講 師：丸山 又史さん

◆健康&栄養講座

健康に関する講話と、調理実習を行います👁

日 時：5月28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、お米0.5合

申込期間：5月1日(水)～17日(金)

健康講座テーマ：認知症に関するお話

栄養講座テーマ：貧血予防の食事

メニュー：ドライカレー

ターメリックライス

あさりとキャベツのスープ

ひじきサラダ

きなこクッキー

おいしい情報が
盛りだくさんの
講座ですよ♪



◆国際交流会～ベトナム料理教室～

ベトナムの家庭料理に挑戦してみませんか🍴

日 時：5月29日(水) 9:30～12:30

講 師：仲村渠 ユオンさん

材料費：1,100円

◆ペン習字教室(4～6月)

定員にまだ余裕があるため随時募集中です✍

日 時：初級 9:00～10:30

中級 10:30～12:00

※持ち物など詳しくはお問合せください

第2・4
水曜日

毎月第2
火曜日

互近助パントリー 開催します

日時：5月14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。



家に眠っている
食品・日用品等があれば
お持ちください
(随時受け付けています)

新しい本が入りました！

◆腹を空かせた勇者ども／金原ひとみ

◇汝、星のごとく／風良ゆう

◆窓ぎわのトットちゃん／黒柳徹子

◇正欲／朝井リョウ

◆多分そいつ、今ごろパフェとか食ってるよ。／Jam

◇現代短歌版百人一首 花々は色あせるのね／東直子

◆大ピンチずかん／鈴木のりたけ

◇大ピンチずかん2／鈴木のりたけ

お気軽にご利用ください♪
リクエストもお待ち
しています！



みんなの人権ひろば

ステレオタイプを考える

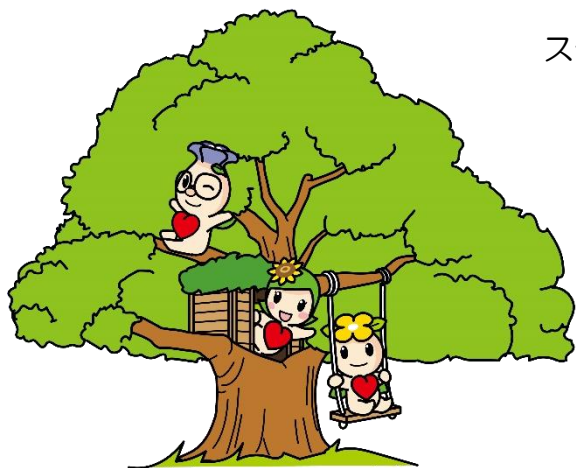
みなさんは「ステレオタイプ」という言葉を聞いたことがありますか？ステレオタイプとは、多くの人に浸透している固定観念や思い込みのことを言います。

例えば、「A型の人は几帳面、B型はマイペース」「男性は理系、女性は文系」「イタリア人はパスタやピザが好き」「大阪の人は面白い」など、ジェンダーや人種・国籍、県民性、血液型などに対して作られ、社会に定着しているイメージのことです。

ステレオタイプは少なからずみんな持っています。ステレオタイプを持っていることで、ものごとの予測を立てやすかったり、効率よく判断することができたりします。一方で、ステレオタイプだけで判断してしまうと、ものごとの本質を見誤ったり、誤解を招いたりすることがあります。特にマイナスイメージのステレオタイプは、個人の感情や行動が加わり、相手に嫌な思いをさせたり、偏見や差別につながったりする可能性があります。

メディアによってステレオタイプは作られると言われています。最近では、ネットやSNSを利用していると、自分と似た考え方の情報や興味のあるものが次々に表示されるため、みんな自分と同じなんだと思い込み、新たなステレオタイプが形成されます。

だからこそ、違う意見を聞いたり、いろんな立場の人とコミュニケーションをとったりして、様々な考え方に触れることが大事になります。



ステレオタイプを偏見や差別につなげないためにも自分の持っているステレオタイプについて考えてみませんか。

<隣保館共通号>

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 】



5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 ★ふれあい喫茶 9:30~11:30 ◎スポーツ吹き矢 13:00~16:00 講座申込み 受付開始日!!	2 ◎たんぼぼの里(手芸) 10:00~15:00 ◎アロハ・スマイル 14:00~16:00	3 読書記念日 休館日	4 みどりの日 休館日
5 こどもの日 休館日	6 振替休日 休館日	7 ◎楽らく会(絵手紙) 10:00~12:00 ◎楽らく会(カラオケ) 13:00~16:30	8 ★ペン習字教室 初級 9:00~10:30 中級 10:30~12:00 ◎スポーツ吹き矢 13:00~16:00	9 ◎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	10 ★カラダ作り教室② 10:00~12:00 ◎そよかぜサロン(音楽療法) 13:00~15:00 ◎中国語 14:00~16:00	11 休館日
12 休館日	13 ◎たのしいバステル 10:00~12:00 ◎そよかぜサロン 13:00~16:00	14 ★互助助パントリー 15:00~16:00 ◎楽らく会(絵手紙) 10:00~12:00	15 ★傾聴ボランティア 養成講座② 13:30~15:30 ◎スポーツ吹き矢 13:00~16:00 ◎水島のつどい 13:00~15:30	16 ◎たんぼぼの里(手芸) 10:00~15:00	17 ★はじめてのやさしいヨガ 10:00~11:30	18 ★親子 Cooking 9:30~12:30 休館日
19 休館日	20 ◎そよかぜサロン 13:00~16:00	21 ◎楽らく会(絵手紙) 10:00~12:00 ◎楽らく会(カラオケ) 13:00~16:30	22 ★ペン習字教室 初級 9:00~10:30 中級 10:30~12:00 ◎スポーツ吹き矢 13:00~16:00	23 ★大人の色鉛筆画① 9:30~11:30 ◎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	24 ★カラダ作り教室③ 10:00~12:00 ◎そよかぜサロン(音楽療法) 13:00~15:00 ◎中国語 14:00~16:00	25 休館日
26 休館日	27 ◎そよかぜサロン 13:00~16:00	28 ★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	29 ★国際交流会 9:30~12:30 ◎スポーツ吹き矢 13:00~16:00	30 ★大人の色鉛筆画② 9:30~11:30 ◎たんぼぼの里(手芸) 10:00~15:00	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。



会館 MAP



ふれあい

喫茶

OPEN ☕ 9:30~11:30



水島会館にモーニング喫茶がオープン！
 栄養士から健康や栄養について役立つお話も聞くことができます😊
 どなたでも☆お気軽に☆お立ち寄りください♪

ふれあい喫茶 開催日

5月1日(水)・6月5日(水)

※受付開始は9:00~です

朝食の準備数には限りがございます

予定より早く終了する場合がございますのでご了承ください

場 所 ☕ 水島会館1階 和室

対 象 ☕ どなたでも

※お一人でもどうぞ♪

申 込 み ☕ 不要

参 加 費 ☕ 100円(朝食代)

～お問合せ～

倉敷市水島会館

倉敷市連島1丁目10-33

(086)448-1020

【月～金 8:30～17:15(祝日除く)】

朝食のメニュー例

- ・トースト
- ・サラダ
- ・ゆでたまご
- ・コーヒー

※内容は季節により
変わります

おでかけランチBOX♪を作ろう



あやこ Cooking

パックを使ってカンタンにサンドおむすびを作ります！焼く・揚げる・和える・ゆでる・・・など
基本の調理方法も学びながら美味しいランチBOXを親子で楽しく作りましょう♪

日 時 : 5月18日(土) 9:30~12:30

場 所 : 水島会館 調理室・和室

講 師 : 有井 京子さん(管理栄養士)

材 料 費 : 1名 1,200円

メニュー ・サンドのおむすび3種・鶏のから揚げ名古屋風
・ポテトサラダ・コールスローサラダなど

定 員 : 5組 ※5歳~小学生と保護者、1組3名まで(先着順)

準 備 物 : エプロン、マスク、三角巾、手拭きタオル
水筒、保冷バック、上履き

申込期間 : 5月1日(水)~5月15日(水)

※申込期間以降のキャンセルは材料費をいただく場合がございます

動きやすい服装で、
朝ご飯をしっかり食
べて参加しよう!!
アレルギーがある、
お友達はお気軽に水
島会館へ事前に相談
してね♪



<お申込み・お問合せ>

倉敷市水島会館 倉敷市連島1-10-33

(086)448-1020【月~金 8:30~17:15(祝日除く)】



※先生の作品例です

大人の色えんぴつ画教室

講師が丁寧に指導してくれるので、初めての方も大歓迎！

集中して絵を描くことは 脳トレにもなりますよ♪

“おとなの色えんぴつ画”を楽しんでみませんか？

日 時 ①5月23日(木)9:30~11:30

②5月30日(木)9:30~11:30

※1回のみ参加も可能です

場 所 水島会館 大会議室

講 師 丸山 又史さん

参 加 費 無料

定 員 12名(先着順)

対 象 者 高齢者または障がい者等

持 ち 物 色鉛筆(24色)、HB鉛筆またはシャーペン、

消しゴム、描きたい題材

※色えんぴつをお持ちでない方にはお貸しします

題材は、初めての方はりんご、
果物や野菜などがオススメです😊

申込期間 5月1日(水)~随時募集

~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】



国際交流会

グローバルクッキング



ベトナム家庭料理



★メニュー★

- フォー ボー
●PHO BO (牛肉のフォー)
- ナム テット ボー
●NOM THIT BO (牛肉のサラダ)
- スア チュア ミット
●SUA CHUA MII
(ヨーグルトジャックフルーツ)

【日 時】 令和6年5月29日(水) 9:30~12:30

【場 所】 水島会館 調理室・和室

【定 員】 8名(先着順)

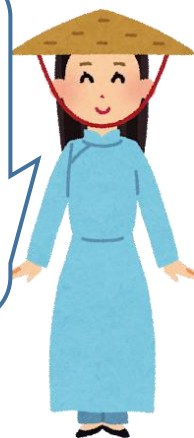
【講 師】 なかなだかり 仲村渠 ユオン 先生

【材 料 費】 1,100円

【持 ち 物】 エプロン・三角巾・手ふきタオル

【申込期間】 令和6年5月1日(水)~5月17日(金)

みなさん、ベトナムについて知っていますか？ベトナムの文化などお話しをしながら楽しく料理を作りましょう！



※申込締切後のキャンセルは材料費をいただく場合がございます

【お申込み・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 【月~金(祝日除く) 8:30~17:15】