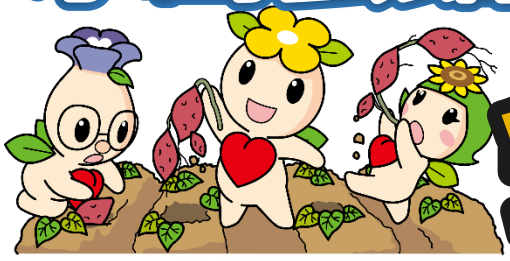
水島会館 令和６年 11 月号



会館だより

ふれあいきっさ

あおぞら

1食100円

限定50食！

日時 11月6日(水)11:00～13:00

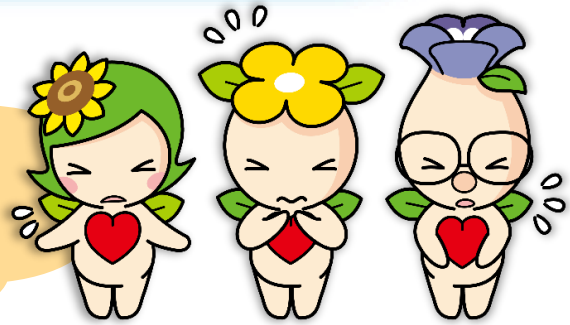
※受付開始は10：30～です

ふれあい喫茶がオープンします！
みなさんお誘いあわせのうえお越しください♪
青空の下でおしゃべりしながら
楽しいひとときを過ごしましょう☆彡

※詳しくは折込みチラシをご覧ください

～耐震化工事を行っています～

来年3月頃までのあいだ、耐震化工事のため
水島会館の講座は館外で規模を縮小して運営しております。
ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いします。



隣保館は市内に５館あります。どなたでも参加できる楽しい講座が盛りだくさん♪各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ので、ぜひチェックしてみてくださいね！

水島会館 検索

水島はばたきふれあい祭りに

水島会館サークルのアロハスマイル・カサブランカが出演します♪

いつも明るく笑顔が素敵なメンバーのみなさん♪

ALOHA〜♪

会館まつりでも大人気！
大道芸人 NAAN の
ステージショーもあるよ！

現在は工事中のため水島会館が使用できないので、別施設にて練習に励まれています！！

その他イベントや模擬店の出店あり☺

日時：11 月 16 日（土）
10：00〜13：30
会場：水島障がい者支援センター
（お問合せ：086-440-3334）
臨時駐車場：臨海鉄道栄駅前駐車場

参加者募集

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：11 月 26 日(火) 9:30〜12:30
会　場：水島支所　5F 調理室
材料費：500〜700 円程度
定　員：6 名程度(先着順)
準備物：エプロン、三角巾、お米 0.5 合
申込期間：11 月 1 日(金)〜15 日(金)

健康講座テーマ：栄養士さんのちょっといい話
栄養講座テーマ：子育て世代向けメニュー
メニュー：鮭のポテト焼き
にんじんのさわやかサラダ
あさりのスープ
フロランタン

↑健康づくり課の栄養士から食育についてのお話があり、お味噌汁の塩分測定もしてもらいました！

↓9 月は
「よく噛むメニュー」でした！
コーンフレークの衣が
ザクザク♪とよい食感で
美味しかったですよ☆

★お申込みはお電話もしくは窓口で★

毎月第2
火曜日

〜互近助パントリー 開催します〜

日時：11 月 12 日（火）15:00~16:00

[注]当日は室内での待機場所がありません。開催時間内にお越しください！

会場は水島会館玄関前の車庫です。
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！

互近助パントリーは、様々な機関・団体・個人からご提供いただく食品等により支えられています。水島会館でも、食品や生活雑貨等の物品を随時受け付けています。

こんなものを集めています☞・お米・保存食品(缶詰・インスタント食品・レトルト食品)・乾物(乾麺等)・調味料・お菓子　等

みんなの人権ひろば

「エイジズム」

みなさんは「エイジズム（年齢差別）」という言葉を聞いたことがありますか？日本ではあまりなじみがない言葉かもしれませんが、年齢を理由にした偏見や固定観念と、それに基づく差別を指します。

「エイジズム」は、1969 年にアメリカの医学者ロバート・バトラーが、「年をとっているという理由で高齢者を組織的に一つの型にはめ差別すること」と定義しました。アメリカにおいては、 レイシズム(人種差別)、セクシズム (性差別)と並ぶ三大差別の一つに位置付けられています。

高齢者に年齢だけを理由にして、「いい年して派手な格好するなんて」、「あの人は高齢者だからパソコンはできない」などの表現を無意識に使っていませんか？また、「年をとっているから〇〇はできない、してはいけない」と思い込んだり決めつけたりして、行動を制限していませんか？このような発言は「エイジズム」に当たります。年齢だけで人の能力や個性を判断できるものではありません。

若い頃に比べると、年齢とともに体が思うように動かなくなったということがあるかもしれませんが、高齢になっても元気で活動的に生活している人はたくさんいます。年をとることは、いつかは誰もが経験することであり、高齢者への偏見や固定観念は将来の自分にも当てはまります。

高齢者が安心して、生き生きと暮らしていくためには、相手を理解し、一人の人として尊重することが重要です。年齢にとらわれず相手の尊厳を大切にすることで、誰もがいくつになっても活躍できる社会につながるはずです。身近にいる高齢者、将来の自分自身が生きやすい社会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？ ～

秘密厳守

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「誰かに聞いてほしい」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。

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

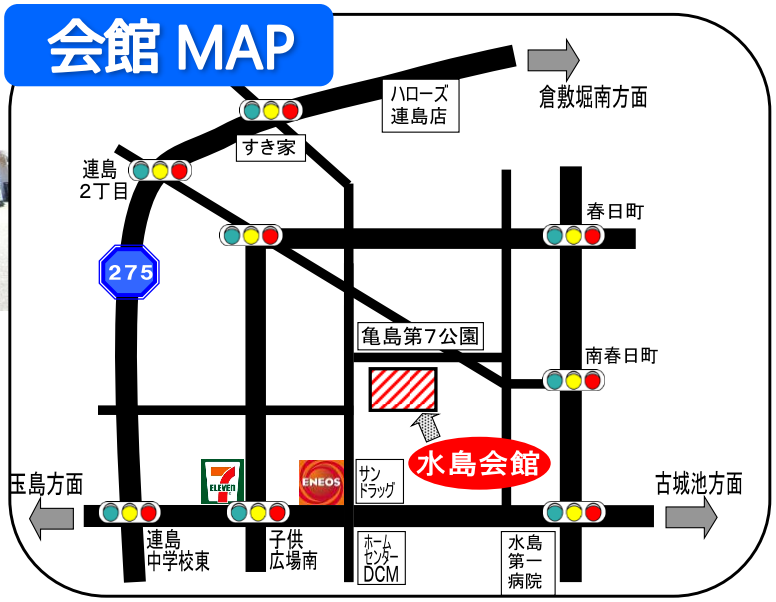
11月行事予定表

★は会館主催の講座・イベントです

日	月	火	水	木	金	土
					1 講座申込み受付開始日！！	2 休館日
3 休館日	4 振替休日 休館日	5	6 ★ふれあい喫茶 11:00～13:00 （会場：水島会館）	7	8	9 休館日
10 休館日	11	12 ★互近助バントリー 15:00～16:00 （会場：水島会館）	13	14	15	16 水島はばたき ふれあい祭り 10:00～13:30 （会場：水島障がい者支援センター） 休館日
17 秋分の日 休館日	18	19	20	21	22	23 休館日
24 休館日	25	26 ★健康＆栄養講座 9:30～12:30 （会場：水島支所）	27	28	29	30 休館日

水島会館は現在耐震工事中ですが、
職員は会館事務所にいます。
図書（新刊のみ）の貸し出しや相談業務などは通常通りおこなっていますので、どうぞお気軽にお立ち寄りください☺

会館 MAP



あなたと私 こころつながる ほっとスペース

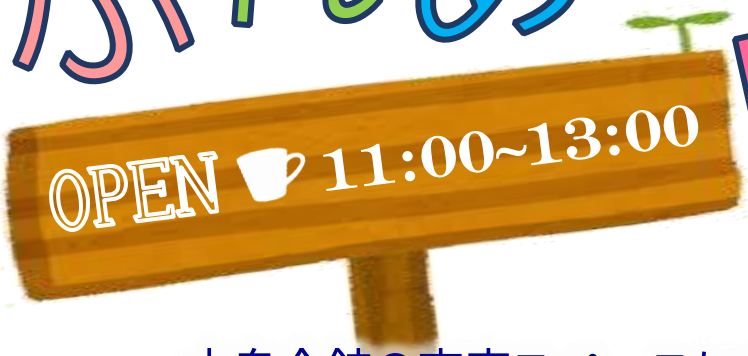
倉敷市水島会館

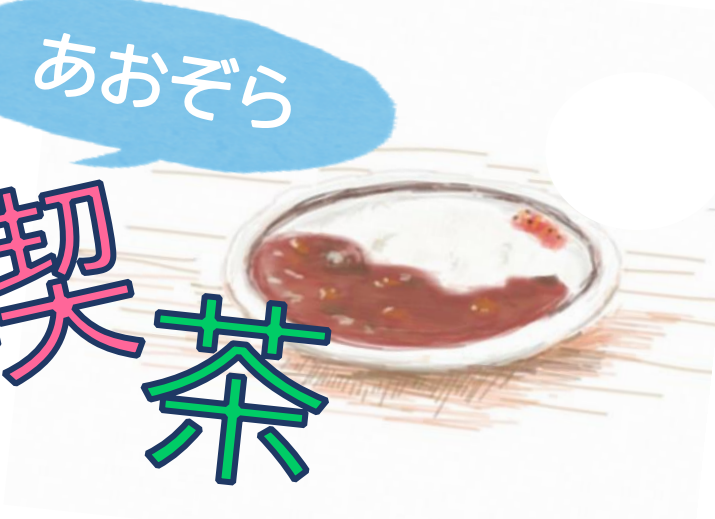
〒712-8012　倉敷市連島１丁目 10-33
TEL&FAX　086（448）1020
月曜～金曜　8:30～17:15（祝日は休館）

R6 年度

ふれあい喫茶

あおぞら





水島会館の車庫スペースにてふれあい喫茶をオープンします！
久しぶりの水島会館で楽しいひとときを過ごしませんか☺
防災時にも役立つ缶詰を使ったカレーをご用意してみなさまをお待ちしています！
どなたでもお気軽にお立ち寄りください♪

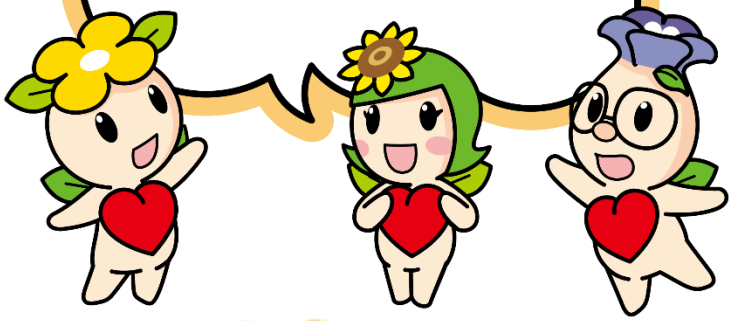
日時　11月6日(水) 11:00～13:00

※受付開始は 10:30～です

カレーの準備数には限りがございます【限定50食！】
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
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

・食後はコーヒーを飲みながら
　楽しくおしゃべりしましょう♪
・当日は臨時駐車場がございます。
・雨天の場合は中止とさせていただきます。
　ご不明な場合はお問合せください。



～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)】