

児島民主会館 会館だより

令和5年
(2023)



5/13「お弁当」でつくろう地域の輪

児島地区お弁当コンクールの優秀作品
郷内小学校6年生(令和4年度)の作品を作りました！

テーマは、「児島を元気にするお弁当～地産地消でバランスよく」

郷内栄養改善協議会のみなさんにお手伝いしていただきながら、包丁で食材を切ったり、フライパンで炒めたり、一つのお弁当を親子で作るという、普段なかなかできない体験をしました。

参加してくれた子どもさんに感想を聞いてみると、「タコやイカを切るのが難しかった」とか、「肉で野菜を巻くのが楽しかった」など答えてくれました。☆お母さんと一緒に作ったお弁当はとても美味しかったのではないのでしょうか？(*^*)

みなさんも夏休みに挑戦してみてはいかがでしょうか…？



「元気100倍！栄養弁当」



【地産地消】の食材を使用して、バランスのよいお弁当が出来上がりました(*^*)v



ふじろーくんに聞いてみよう！



ヤングケアラーってなに？

本来、大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っているこどものことなんだ。責任や負担の重さにより、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあるんだよ。まわりの人が手を差し伸べることで、ヤングケアラーが「自分は一人じゃない」と思える、「こどもがこどもでいられる街」を、みんなでつくっていききたいね。



今月の企画講座

- ☆ 7日(水) 季節の寄せ植え 14:00～16:00
- ☆ 16日(金) ヨガ教室② 10:00～12:00
- ☆ 26日(月) ニュースポーツ 10:00～12:00

7月の企画講座

- ★ 5日(水) 救急救命教室 9:00～12:00
- ★ 24日(月) 夏休み親子でハンドメイド 10:00～12:00
- ★ 28日(金) 夏休み子ども絵画教室① 9:00～12:00

★★ 今月の行事予定は裏表紙をご覧ください ★★



4/21 ヨガ教室①

満留講師からのアドバイス

★だらんと腕を下げて、手がズボンの縫い目に沿うのが良い姿勢。手が太ももの前にくると、肩が前に動いてしまっている証拠ですよ。

猫背防止

肩甲骨を狭めるストレッチをしてみましょう！

★瞑想中では

朝から何をしたのか思い出してみましょう？

今日のズボンは何色でしたか？

朝ごはんはどんな味でしたか？

自分を見つめてみましょう～♪



遠くに飛ばせるかな？

ピュ～ン！！

飛んだ

うらかみせんせい
浦上先生



4/24 読み聞かせとおもちゃづくり

<今年度の1回目>

トイレットペーパーの芯を使って、ゴム鉄砲を作りました。仕上げて好きな色紙を貼って、自分だけのゴム鉄砲が完成☆

みんなで飛ばしっこして、楽しく遊ぶことができました!(^^)!

一生懸命作っています！

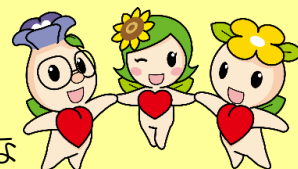


★6月1日は人権擁護委員の日です★

人権擁護委員は、法務局の職員と協力して、地域の皆さんから人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、人権侵害の被害者を救済したり、地域の皆さんに人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行ったりしている、あなたの街の相談パートナーです。

人権擁護委員法が施行された6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、倉敷市では、**6月1日(木) 午前10時～午後3時** 市役所本庁・各支所等で「人権擁護委員の日」特設人権相談所を開設します。相談は無料です。秘密は守られますのでお気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】岡山地方法務局 倉敷支局 TEL 422-1260
倉敷市役所本庁 人権推進室 426-3255



くーぴっとなの人權コラム

左利き

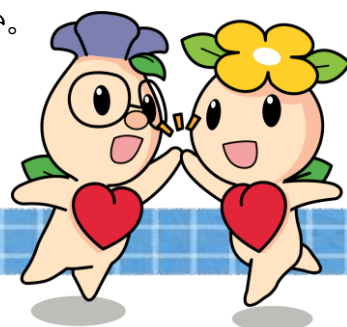
以前に比べて、箸（はし）を左手で持って食事したり、左手で字を書いたりする人が増えてきたと思いませんか？

「鉛筆や箸は右手で持つものだから、小さい時に直しておかないと大人になって恥をかく」と言われていた時代もありました。右と左の区別も、「右手はお箸を持つ方、左手はお茶碗を持つ方」と習った人もいます。つまり左利きの人は、利き手と反対の手で食事や勉強をするよう指導されることが多かったのです。「小学生になっても右手でうまく鉛筆が使えず、叱られるばかりして辛かった」という声も聞いたことがあります。

また、日常生活で使用する物の多くは、右利き用に作られています。自動販売機のお金を入れる場所や、カメラのシャッターを押すボタンは、ほとんど右側にあります。そうなる理由はもちろん、右利きの人数が左利きより多いからです（およそ90%が右利きで、10%くらいが左利きだそうです）。左利きの人は、このような社会で生活することに慣れてしまっている、とも言えます。

しかし、世の中の状況は少しずつ変わってきました。今ではどの学校にも左利き用のハサミがあり、テレビドラマやコマーシャルでも左手で食事している場面がそのまま放送されています。その人本来の個性を大切にすべきという考えが、浸透してきたからだと思います。

人は、利き手だけでなく、それぞれに能力や考え方、好みや価値観が異なります。皆がそれぞれの「違い」を理解し、ありのままの姿を認め、お互いを尊重していくことで、人權を大切にする社会がつくられるのではないのでしょうか。





行事予定表

【講】定例講座 【企】企画講座
【サ】サークル活動

日	月	火	水	木	金	土
				1 (サ) コスモス 10:00-12:00	2 【講】フレイル 予防教室 9:30-10:30 【講】リラックス 体操教室 11:00-12:00	3 休館日
4 休館日	5 (サ) なかよし ピンポンクラブ 10:00-12:00	6 (サ) 人形劇団つくしんぼ 10:00-12:30 【講】韓国語講座 13:30-15:30	7 【企】季節の 寄せ植え 14:00-16:00 (サ) 鷺山吟詠会 19:00-20:30	8 (サ) コスモス 10:00-12:00 【講】英会話教室 13:30-15:30	9 (サ) 手話サークル 10:00-12:00	10 休館日
11 休館日	12	13 (サ) 人形劇団つくしんぼ 10:00-12:30 【講】絵手紙教室 13:30-15:30	14 【講】はじめのABC 10:00-11:00 【講】キッズ イングリッシュ 14:30-15:30 (サ) 鷺山吟詠会 19:00-20:30	15 (サ) コスモス 10:00-12:00	16 【企】ヨガ教室② デトックスヨガ 10:00-12:00	17 休館日
18 休館日	19 (サ) なかよし ピンポンクラブ 10:00-12:00	20 (サ) 人形劇団つくしんぼ 10:00-12:30 【講】韓国語講座 13:30-15:30	21 【講】子ども体操教室 14:00-15:30 (サ) 鷺山吟詠会 19:00-20:30	22 (サ) コスモス 10:00-12:00 【講】英会話教室 13:30-15:30	23 (サ) 手話サークル 10:00-12:00	24 休館日
25 休館日	26 【企】ニュースポーツ 10:00-12:00	27 (サ) 人形劇団つくしんぼ 10:00-12:30 【講】絵手紙教室 13:30-15:30	28 【講】はじめのABC 10:00-11:00 【講】親子で楽しむ 運動あそび 14:30-15:30 (サ) 鷺山吟詠会 19:00-20:30	29 (サ) コスモス 10:00-12:00	30	

倉敷市児島民主会館

- 〒710-0142
倉敷市林2062番地5
- TEL・FAX
(086) 485-3055
- メールアドレス
d-hall-kj@city.kurashiki.okayama.jp
- 開館時間：月曜日～金曜日（土日祝休館）
8:30～17:15



会館周辺図



会館だよりの検索は

児島民主会館

★ 他館の「会館だより」も、どうぞご覧ください。
倉敷民主会館・玉島池畝会館・水島会館・真備人権ふれあい館

救急救命教室

救命処置に対する理解と認識を深めると共に、AEDの使い方や正しい応急処置の知識と技術を習得するために開催します！

いざという時役立ちます！！



【日 時】令和 5 年 7 月 5 日（水）
9：00～12：00

【講 師】 児島消防署 職員

【対 象】 地域住民

【定 員】 10名

【受講料】 無料

【場 所】 児島民主会館 大会議室

【申込締め切り日】 6月20日（火）

★講習終了後、普通救命講習修了証を発行します★

【お問い合わせ・お申し込み】 児島民主会館 485-3055

開館時間：月～金曜日（土日祝休館） 8：30～17：15