

会館だより

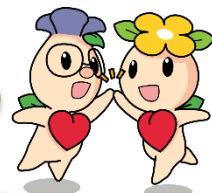


10/3 ニュースポーツ②

誰もが気軽に楽しめることを目的に、新しく考案されたスポーツを「ニュースポーツ」といいます。

児島民主会館では、昨年からニュースポーツの講座を開催しており、毎回大人気です☆参加者のみなさんの白熱したプレーが繰り広げられ、笑いの絶えない講座となっています(*^^)v

自分のもとに球がきたら、思い切ってスマッシュ！みなさん、夢中で楽しんでいました(^^)/



卓球バレー



的をよーくねらって～!(^^)!
フォームもカッコイイです！



ディスコン



審判員が計測中！
どちらのチームに得点が入るのか、ハラハラ！
ドキドキ!(^^)!

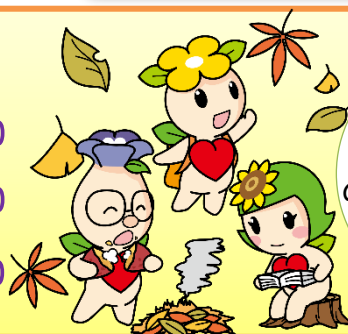


11月の企画講座

- ★ 7日(木) 秋色のフラワーリース作り 13:30～15:30
- ★ 11日(月) 洋菓子教室 9:30～12:30
- ★ 15日(金) ヨガ教室③ 10:00～12:00

12月の企画講座

- ★ 4日(水) 法律相談 13:00～16:00
- ★ 7日(土) 発達障がい講演会 14:00～16:00
- ★ 17日(火) 季節の寄せ植え 10:00～12:00



秋が深まる季節になりました♪ 読書の秋・スポーツの秋・食欲の秋...みなさんは、どんな秋を過ごしますか？

参加者の

9/27 ヨガ教室②

皆さん 始まる前から意欲十分!!

①
まずは、
足から



②
次に、
肩や腕



③
さらに、
立ち上がって



④ 一連の動きの最後は、めい想タイム
体の力を一つひとつ抜いていきます。

10/5 ふれあい人権フェスティバル

エントランスホール



リハーサル室



開設された隣保館コーナー
では、各館のパネル展
示やゲームコーナーなど
が行われました(^^)♪

今年も「ふれあい人権フェスティバル」がマービーふれあい
センターで開催されました。おしりたんていショーや津軽三
味線の演奏・ふれあい工作教室などなど、盛りだくさんの
内容で、多くの方が来場されました☆



10/9キッズイングリッシュ

トリック・オア・
トリート! (*^▽^*)
Trick Or Treat★



キッズイングリッシュでは、尾崎 美香先生と一緒に、
外国の言葉や文化を学んでいます。
今回はハロウィンの仮装をして、「トリックオアトリ
ート!」と元気な声を聞かせてくれました!(^^)!



くーぴっとの人権コラム



「エイジズム」



みなさんは「エイジズム(年齢差別)」という言葉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】





11月

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 【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	2 休館日
3 休館日 文化の日	4 振替休日	5 (サ) 人形劇団つくしんぼ 9:30-12:00 【講】韓国語講座 13:30-15:30	6 (サ) 鷺山吟詠会 19:00-20:30	7 【企】フラワー アレンジメント教室 13:30-15:30	8 (サ) 手話サークル 10:00-12:00	9 休館日
10 休館日	11 【企】洋菓子教室 9:30-12:30	12 (サ) 人形劇団つくしんぼ 9:30-12:00 【講】絵手紙教室 13:30-15:30	13 【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	14 (サ) コスモス 10:00-12:00 【講】英会話教室 13:30-15:30	15 【企】ヨガ教室③ 10:00-12:00	16 休館日
17 休館日	18 (サ) なかよし ピンポンクラブ 10:00-12:00	19 (サ) 人形劇団つくしんぼ 9:30-12:00	20 【講】子ども体操教室 14:00-15:30 (サ) 鷺山吟詠会 19:00-20:30	21	22 (サ) 手話サークル 10:00-12:00 (サ) 二胡サークル 13:00-15:30	23 休館日 勤労感謝の日
24 休館日	25 (サ) なかよし ピンポンクラブ 10:00-12:00	26 (サ) 人形劇団つくしんぼ 9:30-12:00 【講】絵手紙教室 13:30-15:30	27 【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	28 【講】英会話教室 13:30-15:30	29	30 休館日

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・真備人權ふれあい館

なんでも法律相談

例えば…

迷惑行為

土地の境界

借金

過払い金

ご近所
トラブル

困ったわ
どこに相談し
たらいいのか
しら？

親族
関連

離婚

家庭内暴力

相続

貸金未払い

ハラスメント

職場
仕事

あなたの抱えている
トラブルや悩みについて、弁護士が丁寧にアドバイスします。

秘密は厳守されますので、どうぞお気軽にご相談ください。

令和6年12月4日(水) 13:00~16:00

① 13時~13時半

② 13時半~14時

③ 14時~14時半

④ 14時半~15時

⑤ 15時~15時半

⑥ 15時半~16時

申込期限
11月26日
(火)

※受付時に、空いている時間帯を選択することができます。

【講師】 さっか ともし 作花 知志 弁護士 (作花法律事務所)

【対象】 一般

【定員】 6名 (相談時間は1人30分程度です)

【受講料】 無料

【場所】 児島民主会館 小会議室

☆お申し込みの際、相談内容を簡単にお聞きします☆

【お問い合わせ・お申し込み】

児島民主会館 485-3055 (8:30~17:15/土日祝休館)

季節の寄せ植え

12月17日 (火) ①10:00~11:00
②11:00~12:00

【申込み締め切り日】

12月2日(月)

注；準備の都合上、2週間前の締め切りです

【講師】 高尾 利枝さん

【対象】 高齢者・障がい者等

【定員】 ①②各12名

計24名(先着順)

【材料費】 1,500円 (当日集金します)

【場所】 児島民主会館 大会議室

【準備物】

- スコップ
 - 手の汚れが気になる方は、ビニール手袋
 - 持ち帰り用の袋
 - エプロン (必要な方)
- ※汚れてもよい服装でお越しください



☆初心者の方もお気軽にご参加いただけます。

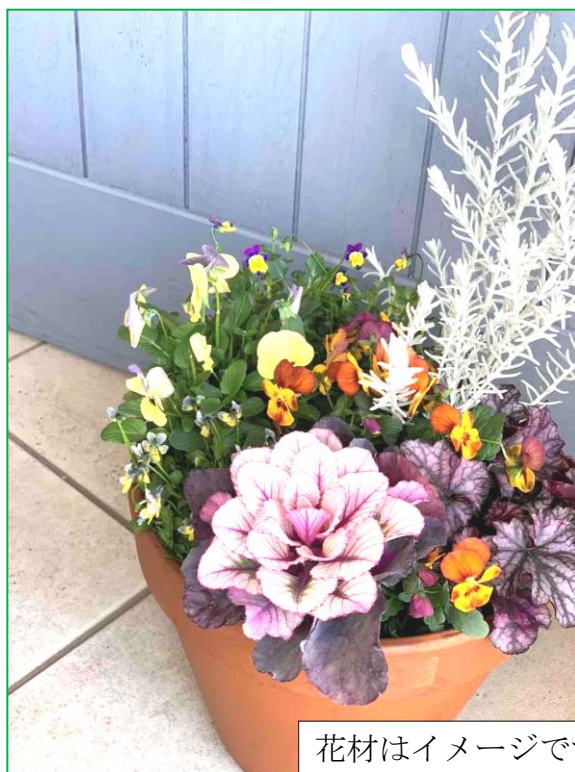


※申込期限以降のキャンセルは
材料費をご負担いただく場合が
ございます。

〈お問い合わせ・お申し込み〉

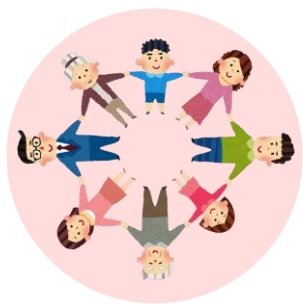
児島民主会館 485-3055

(開館時間) 8:30~17:15
月~金曜日 (土日祝休館)



花材はイメージです





地域力全開！発達障がい

発達障がいについての理解を深め、よりよい支援につながるよう、
地域の人々と一緒に学ぶ講座です。

初めての方でも、
わかりやすい
内容です。

【講 師】 川崎医療福祉大学 重松 孝治 先生

令和6年12月7日（土）14:00～16:00

演題：支援が必要な子どもの成長を、促す言葉をみつけよう

【対 象】 一 般

☆どなたでもご参加できます☆

【定 員】 30名

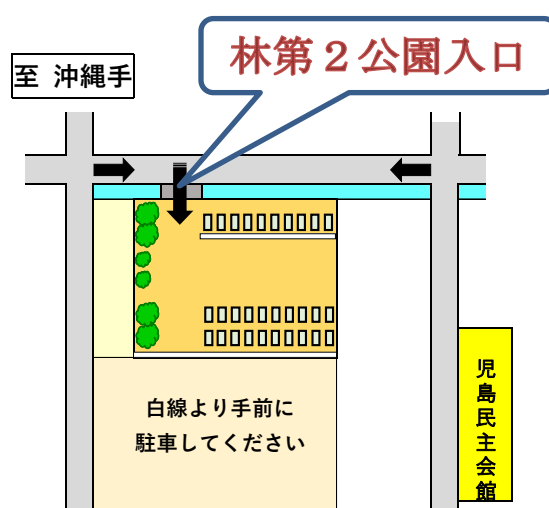
★受講には申し込みが必要です。

★託児をご希望の方は申し込みが必要です。
(先着3名)

【受講料】 無料

【場 所】 児島民主会館

(駐車場は林第2公園をご利用ください)



【お問い合わせ・お申し込み】 ◎来館またはお電話で◎

月曜～金曜 8時30分～17時15分（土日祝休館）

倉敷市林 2062-5 児島民主会館 485-3055