

子育て広場「もんちっち」

就園前までのお子さまと保護者の交流の場です。スタッフが季節に合わせた行事や人形劇、読み聞かせ、歌などのプログラムを用意しています。お友達を作ったり、のんびり過ごしたり、子育てを一緒に楽しみましょう。(申込みは不要)

対 乳幼児とその保護者
日・内 6月16日(木) 10:00~11:30
七夕さま

場 倉掛児童館(公民館となり)
持 飲み物
共 倉掛地区社会福祉協議会



ICT パソコン活用支援

ICT まちづくりボランティアのみなさんがパソコン操作に関する相談に応じます。初心者の方もお気軽にご参加ください。時間内の出入りは自由です。

日 6月3日(金)、6月17日(金)
午前の部 9:00~12:00
午後の部 13:30~16:30

申 開催日の前日までに
※感染症対策のため、事前申込みとします
ノートパソコンの持ち込み可能です



健康ウォーキング

気軽に歩いてみませんか。白寿会と倉和会が「高齢者いきいき活動ポイント」を押印しますので、手帳をお持ちの方はご持参ください。雨天の場合は、中止します。

日 6月11日(土)、6月25日(土)
[亀崎学区] 8:00 西山公園出発
白寿会歩こう会
木村 ☎082-842-0823
[倉掛学区] 8:15 倉掛公民館集合
8:30 出発
倉和会ウォーキング部
末広 ☎082-842-1777



認知症サポーターステップアップ講座

認知症の方への接し方をさらに一歩、深く学んでみませんか? 6月~7月にかけて実施するステップアップ講座の第1回目となります。

日 6月12日(日)10:00~12:00
場 倉掛公民館
内 「認知症への理解を深める」(6月12日(日))
「認知症カフェの見学会」(希望により平日開催)
「グループワーク」他(7月24日(日))
講 認知症対応型共同生活介護サービス
グループホーム山ぼうし 管理者 川添 邦治 さん

主催/問合せ先
NPO 法人家族介護者サポートネットワークはびねす
☎082-559-1064(木・金・土 10:00~16:00)

安佐北区スポーツセンターの事業

①こども水なれレッスン

対 水泳が苦手な小学校1・2年生 10名
日 6月25日(土) 9:30~10:30
内 水遊び・顔つけ・もぐりなどを楽しく行います
¥ 600円

②親子水なれレッスン

対 3歳以上の幼児と保護者 10組
日 6月25日(土) 11:00~12:00
内 水遊び・顔つけ・もぐりなどを親子でふれあいがら楽しく行います
¥ 600円/組

③水泳ひみつ練習(バタ足まで)

対 水が苦手な小学生 6名
日 6月26日(日) 14:00~15:00
内 水遊びを入れながらバタ足まで練習
¥ 500円

④プールワンポイントレッスン

対 小学生以上 各日5名
日 6月4日(土)、6月28日(火)
14:00~15:00(1人5~10分)

内 職員による水泳・水中運動のワンポイントレッスン
¥ 施設使用料のみ

⑤はじめてのトレーニング

対 中学生以上の初心者
日 開館日 14:00~20:00
内 ダイエット、腰痛解消、足腰強化など目的に応じた指導
¥ 初回100円
2回目以降は通常の施設使用料で随時レッスン対応

申 ①~③は6月2日(休)、④は当日の9:00から来館で、空きがあれば10:00から電話で、⑤は原則前日までに大和興産安佐北区スポーツセンターへ(☎082-843-4999)

KAMEZAKI ふれあい運動教室

どなたでもご参加できますので、お気軽にどうぞ! ご家族・お友達との参加、大歓迎です! (お住まいの地域不問)主催団体が「高齢者いきいき活動ポイント」を押印します。

場 フジグラン高陽ふれあい広場
日 6月13日(月) 14:00~15:00
内 たまご型の運動用ボールを使って、お家でも簡単に、椅子に座ってできる運動
主 亀崎地区社会福祉協議会

倉掛地区社会福祉協議会 百さいかい

どなたでもご参加いただける社会福祉協議会が行う事業です。月に一度公民館に集まって体を動かしましょう。

場 倉掛公民館
日 毎月第3金曜日 9:00~10:00
6月は17日(金)です
内 いきいき百歳体操を楽しむ
主 倉掛地区社会福祉協議会



公民館+α

会員募集や体験会などをご紹介しますコーナーです。掲載をご希望されるグループは窓口までお申し出ください。

公民館+α

vol.2「そば打ち道・倉掛そば打ち同好会」
活動日時 第3木曜日 8:30~13:30
会費 100円/月
材料費 1,900円/月

8:30に集合して準備やウォーミングアップを行い、9時ごろからそば打ちスタート。1時間を目安にそばを打っていきます。美味しいそばを打つためには、「一定のリズムとスピード」が重要。主な材料は、そば粉と水のみ。シンプルな材料に対して、そばを打つ工程は【はち】【のし】【切り】など、8~10工程あります。それぞれの工程で、味や触感、品質が決まるため、どの工程も気が抜けません。「同じ人が作っても、同じそばは打てない。毎回違うそばになるのがやりがいの一つです。」と講師の日野さん。打ったそばは家族や親せきにお裾分け。皆さん食べるのを楽しみにされているそうです。

マンツーマンで指導して下さるので、初心者でも大丈夫。6月16日に「そば打ち体験会」(表面に募集記事があります)を実施しますので、興味のある方はぜひご参加ください。申し込みは公民館まで。自分で打ったそばの美味しさは格別ですよ。



川本 麻由佳

倉掛句会(5月)

吾輩はプーチンコロナ蛇泳ぐ

世界中を不安に陥れているプーチンとコロナ。不気味が
られていた蛇との取合せ絶妙。

矢城 小童

一面の茂りとなりて捨て棚田

加藤 キヨコ

棚田だったところが、耕作放棄され、山林に吞み込まれ
てゆく様に、心を痛めている。

春の夜や湯呑の底に茶柱が

中村 友香

茶柱は吉事の兆し。しかも浮くのではなく底に立つのは
珍しい。快報が届く予感がする。

ものの芽の一気に伸びる狭庭かな

藤本 佳子

人にとって過ごしやすい気候は草木にとっても育ちや
すく、その成長の速さに驚いている。

週二回の膝のリハビリ土筆摘む

向井 恒子

膝のリハビリのために散歩をしているとき土筆を見つけ
思わずしゃがんでしまった。

秀句を拾う

喧噪の記憶を宿し花は葉に

山本 清司

桜どきの人混みと喧噪が嘘のような公園。葉桜を眺めな
がら、散りはてた桜をしのぶ思いが。