

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 7月8(土)、7月22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



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 7月20日(木) 10:00~11:30
 子育て支援センターの先生と遊ぼう
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



もんちっちスペシャル～夏の水遊び～

屋外で水遊び！夏と一緒に楽しく過ごそう

対・定 親子 10 組
日・内 8月2日(水) 10:00~11:30
場 公民館裏庭
持 飲み物
共 倉掛地区社会福祉協議会
申 7月31日(月)までに
 ※当日受付は公民館ロビーです(9:30~10:50)。雨天の場合は、室内で楽しい遊びをします。



夏の水遊びスペシャルのお手伝い(プール設営や遊びのコーナーの担当など)をしてくださる小中学生のボランティアを募集します。卒もんちっちさん待ってるよ！

申 7月26日(水)までに

ICT パソコン活用支援



ボランティアの方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。(申込みは不要)

日 7月7日(金)、7月21日(金)
 午前の部 9:00~12:00
 午後の部 13:30~16:30

※お持ちの方はノートパソコンをご持参ください



子ども将棋ひろば

～将棋が初めてのお子さんもお気軽にどうぞ～

対・定 小・中学生 6 名
日 7月8日(土)・7月22日(土)
 10:00~11:00
申 開催日の前日までに



展 示

ふれあいロビー展

子どもたちの平和ポスター展

期 7月5日(水)~7月31日(月)

地域の情報

県立広島特別支援学校 倉掛公民館野菜販売

広島県立広島特別支援学校知的障害部門高等部の生徒さんが栽培した野菜を販売します。



日 7月21日(金) 10:30~11:30
場 公民館玄関前
内 夏野菜の販売(各100円/袋)
 ※売り切れ次第終了します

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。楽しく体を動かしましょう！

場 フジグラン高陽ふれあい広場
日・内 7月1日(土) 14:00~15:00
 TWISTICK(無料貸出)を使って肩甲骨を活発に動かし、身体の柔軟性を高めましょう！

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。

日 毎月第3金曜日 9:00~10:00
 7月は21日(金)です
内主 いきいき百歳体操を楽しむ
 倉掛地区社会福祉協議会



公民館ナビ



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。



公民館ナビ



Vol.13「クロワッサン」

活動日時 第1.3月曜日 12:30~16:30
 会費 1,200円/月

手ごねでパン作りをしています。パンは、材料をこね、発酵させ、成形しオーブンで焼いてできあがり。なかでもこねる段階が肝心です。生地が手につかなくなり、両手で広げて薄く伸びるまで繰り返す、力のいる作業です。

講師が考えたレシピを基に、会員同士で教え合いながら、総菜パンや菓子パンなど、分担して作ります。本日のメニューはオレンジパン、ミルクフレンチ、水羊羹。発酵を待つ間はお菓子を食べながら、コーヒープレイク。焼きあがったら、会員で分けて持ち帰ります。

焼きあがりの香ばしさ、作る楽しさと食べる楽しみが味わえ、幸せな気分。「初心者でも大丈夫です。パンが好きな方、お待ちしております。」と講師の畠山さん。興味のある方は、公民館までお問い合わせください。

川本 麻由佳



倉掛句会(6月)

作り雨歓声の子らはぬるはぬる

涼を呼ぶために、人工的に降らす雨(ミスト)。子どもたちが濡れることもいとわず暑いでいる。

新しき靴にも慣れて夏に入る

新社員か新人生か。夏に入る五月ごろには、新しい環境に慣れることを、靴に喻えているのかも。

ナイターの勝利の余韻深酒す

ご主人のことかも。最頂のチームが勝つと試合を振り返り、ついついお酒が進んでしまうのでは。

磯遊びバケツ見せ合ふ姉妹

生き物を観察したり、触ったり海の魅力を存分に楽しめる磯遊びに、姉妹は満足をしているのだ。

庭の隅「わたしはここよ」とアマリス せろり

初夏に美しい大輪の花が咲いたときの、圧倒的なアマリスの存在感に、感動してできた一句。

秀句を拾う

堰を越す水の響きや夏来たる

川面はキラキラ光り、堰はザーザーと涼しげな音を立てている、爽やかな初夏の景が目につく。

栄子

美紀恵

日出美

佳子

君男