

「介護者の会」は定期的に介護者同士が集まり、悩みや体験を共有しながら、交流や情報交換を行い、一人で抱え込まない介護を目指して活動中です。

活動内容は、談笑会や介護の勉強会、食事会、リフレッシュ旅行や会報の発行など、様々な年間の活動を通して交流を深めています。



リフレッシュ旅行で、お花見を楽しみました。



現在介護されている方や当事者の方、介護に興味や関心のある方も参加可能です。皆さんので参加をお待ちしています。



介護をサポートする福祉機器の体験や勉強会も開催します。



定例会では、近況を報告し合ったり、一緒に食事をしながらつながりを深めます。介護や福祉の専門職ともつながる貴重な機会となっています。

会員募集中 介護者の会

ひとりぼっちに

ならない させない

わたしたちの介護

介護者の会は各地区で定期的に開催をしています。興味がある方はお気軽にお問い合わせください。

- 【倉敷地区】 倉敷ねたきり認知症家族の会
☎ 434-3301
- 【水島地区】 水島地区介護者の会「とまり木の会」
☎ 446-1900
- 【児島地区】 児島介護者の会「ゆずり葉の会」
☎ 473-1128
- 【玉島地区】 玉島ねたきり・認知症介護者の会
☎ 522-8137
- 【船穂地区】 船穂町介護者の会
☎ 552-5200
- 【真備地区】 真備家族介護者の会
☎ 698-4883

この講座は「福祉のまちづくりゴルフ大会の収益金が活用されています。」

【協力】

玉島ねたきり・認知症介護者の会

船穂町介護者の会

真備家族介護者の会

倉敷看護専門学校

介護者と介護者を支援したい人へ

介護技術 講座

安全・安心な介護技術のポイント
■排泄介助・おしめのあてかた■

2026

9/5

土

13:30～15:30

参加費無料

定員 20名

申込締切 8/21 (金)

(応募多数の場合抽選となります)

会場

倉敷看護専門学校3階 看護実習室
(倉敷市粒浦80番1)

講師

川崎医療短期大学
医療介護福祉学科

居村 貴子先生 横田 純子先生

参加対象者

倉敷市在住・在勤で介護されている方
や介護に興味のある方ならどなたでも
参加可能です

PROGRAM
13:00 受付
13:30 開会 挨拶
13:35 排泄介助のポイント
おしめのあてかた
15:15 ふりかえり
15:30 お知らせ・閉会



申込先 倉敷市社会福祉協議会 ☎434-3301 FAX434-3357

申込方法 電話または社会福祉協議会各事務所に備えている申込用紙に
記入後提出。二次元バーコードからのお申込みも可能です。



【主催】 社会福祉法人倉敷市社会福祉協議会 【共催】 川崎医療短期大学

【協力】 倉敷ねたきり・認知症家族の会／水島地区介護者の会／「とまり木の会」／児島介護者の会／葉の会

SKIPシティ
国際Dシネマ映画祭2023
国内コンペティション
正式出品

笑顔まで その日まで フィルム

渡邊心結 角心菜

丸本凜 成宮しずく 佐藤ひなた

夏目志乃 片岡富枝

鳥谷宏之 土屋いくみ 若林秀敏 松澤可莉
荒澤智也 宮原惺々帆 根本拓洋 川勝奈保子 木田真和

脚本・監督 武田かりん

主題歌：RCサクセッション「君が僕を知ってる」

作詞・作曲 忌野清志郎

(Licensed by USM JAPAN, A UNIVERSAL MUSIC COMPANY)

撮影：上野陸生 照明：稲葉俊充 美術：野中茂樹ヘアメイク：吉田冬樹 スチール：佐伯洋志 監督助手：細沼孝之 助監督：平岡凌 制作：田丸さくら
音楽：山城ショウゴ 宣伝：倉田雄一郎/工藤基成 プロデューサー：田口敦太 協力プロデューサー：田中佐知彦 製作：映日果人/武田かりん/kotofilm
配給：映日果人 配給協力：SPOTTED PRODUCTIONS (2022/日本/99min/シネマスコープ/カラー/DCP)

ひとりぼっちの女の子が出会ったのは、ひとりぼっちの私でした。

生きるを支えるフォーラム

悩んでいるあなたへ今届けたい

映画上映会&ワークショップ



くらしき
生きる支援
生きる力、支える心。

2026

9/26

(土)

13:30~16:00
(受付開始13:00)

会場：ライフパーク倉敷市民学習センター
視聴覚ホール(倉敷市福田町古新田940)

●定員：70人(先着順) ●参加費：無料

電子申請はこちら
お申込みフォームへ

電話または電子申請からお申込みください。

申込先 倉敷市コールセンター

086-426-3030

「生きるを支えるフォーラム」とお申込みください。

https://apply.e-tumo.jp/city-kurashiki-okayama-u/offer/offerList_detail?tempSeq=57550

【主催】：倉敷市 【後援】：倉敷市自殺対策ネットワーク会議、倉敷市愛育委員会連合会、くらしき心ほっとサポーター、倉敷市精神障がい者家族会連合会、NPO法人岡山県断酒新生会、NPO法人おかやまたけのこ会、NPO法人KUKKA

【問い合わせ先】：倉敷市保健所 保健課 精神保健係 ☎086-434-9823





9/26(土) 13:30~16:00
(受付開始13:00)

会場: ライフパーク倉敷市民学習センター
視聴覚ホール(倉敷市福田町古新田940)

●定員: 70人(先着順) ●参加費: 無料

プログラム

第1部: 映画上映会「ブルーを笑えるその日まで」

監督自身の中学時代の記憶をモチーフにしたすべての
ひとりぼっちへ届ける“青春ファンタジー”映画の誕生!



・STORY

安藤絢子(アン)は学校には馴染めない、ひとりぼっちの中学生。薄暗い立ち入り禁止の階段が唯一の居場所だった。そんなある日、不思議な商店で魔法の万華鏡をもらう。それを覗くと立入禁止の扉が開きその先の屋上には同じ万華鏡を持った生徒、アイナがいた。二人はすぐに仲良くなり夢のような夏休みを送るのだが、屋上には「昔飛び降り自殺した生徒の幽霊が出る」という噂があった。その幽霊がアイナなのではないかと疑念を抱きながらもお互いにとってかけがえのない存在になっていくのだが...



第2部: ワークショップ ファシリテーター: 社会福祉士 佐藤伸隆氏



佐藤 伸隆氏

社会福祉士。滋賀県社会福祉協議会に勤務後、滋賀(女子)短期大学で保育者養成に携わる傍ら、京都女子大学、同志社大学、龍谷大学等で非常勤講師を務めた。また、大津市社会福祉審議会委員、高島市成年後見サポートセンター運営委員長、栗東市地域福祉活動計画策定委員長も務めた。

現在は、岡山県内外の大学・専門学校非常勤講師や各種研修会講師のほか、米原市権利擁護委員長・支援向上委員長、岡山県社会福祉士会の委員会活動、さらに生活史・社史の編纂などを行っている。

申込先

電話または電子申請からお申込みください。

倉敷市コールセンター

086-426-3030

「生きるを支えるフォーラム」とお申込みください。

https://apply.e-tumo.jp/city-kurashiki-okayama-u/offer/offerList_detail?tempSeq=57550

電子申請はこちら
お申込みフォームへ



【主催】: 倉敷市

【後援】: 倉敷市自殺対策ネットワーク会議、倉敷市愛育委員会連合会、くらしき心ほっとサポーター、
倉敷市精神障がい者家族会連合会、NPO法人岡山県断酒新生会、NPO法人おかやまたけのこ会、
NPO法人KUKKA

【問い合わせ先】: 倉敷市保健所 保健課 精神保健係 ☎086-434-9823

栄養教室 献立

令和8年6月

《食育メニュー（調理の基本）》

材料：4人分、栄養価：1人分

※☐で囲んだ食材は、
別の料理でも使用します

1. ポークソテー 焼きトマトソース



エネルギー 268kcal
たんぱく質 17.3g
食塩相当量 1.2g

～材料～

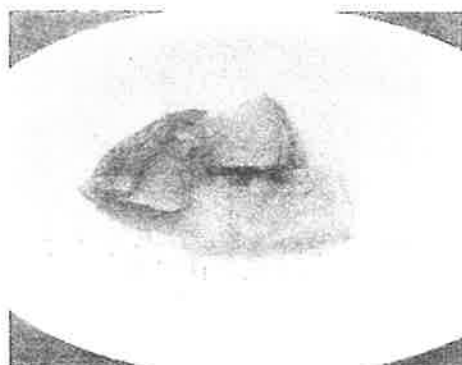
豚ロース肉（とんかつ用）	油	大さじ1/2
..... 4枚（1枚80g）		
塩	酒	大さじ4
..... 少々	塩	1/4
こしょう（白）	しょうゆ	大さじ1
..... 少々	こしょう（黒）	少々
トマト	パセリ	4g（大さじ1）
..... 300g（2個）		
たまねぎ		
..... 200g（1個）		
さやいんげん		
..... 80g		

～作り方～

- ① 豚ロース肉は筋切りをし、塩、こしょうで下味をつける。
- ② トマトはヘタを取り、横半分切る。たまねぎはくし形に、さやいんげんは筋を取り、食べやすい大きさに切る。パセリはみじん切りにする。
- ③ フライパンに油を熱し、豚肉を並べ入れ中火で焼く。途中、豚肉の上下を返して、中まで火が通るようにこんがり焼き、お皿に取り出す。
- ④ 同じフライパンで、たまねぎ、さやいんげんを焼き、豚肉と一緒に皿に盛る。
- ⑤ フライパンに残った焼き汁に、トマトを切り口を下にして焼く。焼き目がついたら、Aを加え、蓋をして中火で3分ほど焼く。
- ⑥ 蓋をとり、しょうゆをまわしかけ、器に盛り、こしょうとパセリをふる。

野菜もたっぷりとれて、ソースを別に作らなくていいから簡単！焼きトマトをくずしながら豚肉と一緒に食べます。

2. かぼちゃの塩麴煮



エネルギー 73kcal
たんぱく質 1.6g
食塩相当量 0.5g

～材料～

かぼちゃ	1/4個（300g）
水	300ml～
砂糖	大さじ1
塩麴	小さじ2
しょうゆ	小さじ1

～作り方～

- ① かぼちゃは種を取り、一口大に切る。
- ② 鍋に材料をすべて入れ、かぼちゃは皮を下にして落とし蓋をして中火で10分程煮る。
- ③ かぼちゃが柔らかくなったら、火を止め、そのまま冷まして、味を染み込ませる。

塩麴を使って、だし
いらずで簡単に！
いろんな野菜でで
きます。

総合計（ごはん150g含まない）：エネルギー471kcal たんぱく質25.1g 食塩相当量2.9g
（※ごはん150g：エネルギー234kcal たんぱく質3.8g 食塩相当量0g）

3. オクラのみそ汁



エネルギー 33kcal たんぱく質 2.9g
食塩相当量 1.1g

～材料～

わかめ（乾燥）..... 2g
オクラ..... 40g（4本）
豆腐..... 100g（1/3丁）
青ねぎ..... 12g
だし（かつお・昆布）... 3カップ
みそ..... 大さじ1と1/2



～作り方～

- ① かつお・昆布でだしをとり、だし汁をつくる。
（裏面のだしのとり方参照）
- ② わかめは水で戻して食べやすい大きさに切る。
- ③ オクラと青ねぎは、小口切り、豆腐はさいの目に切る。
- ④ ①を火にかけ煮立ったら、オクラと豆腐を入れてひと煮立ちする。
- ⑤ わかめ、青ねぎを加えて、みそを溶き入れる。

◎おいしいみそ汁を作るには

- ①天然のだしを使う
- ②みそを入れたらあまり煮ない
（みその風味が逃げるため）
- ③自家製みその場合、大豆を多めに使い、
食塩を入れすぎないようにする
☆みそ汁の塩分濃度の目安☆
・健康な家族 0.9～1.0%
・高血圧者のいる家族 0.8～0.9%

4. ミルクういろ



エネルギー 97kcal たんぱく質 3.3g
食塩相当量 0.1g

～材料～

牛乳（低脂肪）150ml きな粉... 12g
A 米粉..... 50g
砂糖..... 25g



～作り方～

- ① 耐熱容器（ボウル）に、Aをすべて入れ、よく混ぜる。
- ② 粉っぽさがなくなるまでよく混ぜたら、耐熱容器（タッパーなど）に流し入れ、ふんわりラップをかけ（またはタッパーの蓋をずらして置く）、600Wのレンジで3～5分程加熱する。
- ③ 粗熱がとれたら型からはずし、好みの大きさに切りわけ、きな粉をかける。

きな粉のほかにも、黒蜜
やココア、シナモンなど
お好みで！

～主食、主菜、副菜をそろえよう！～

野菜、きのこ、海藻類
働き：体の調子を整える

ごはん、パン、めん類
働き：体を動かすエネルギーになる



肉、魚、卵、大豆製品
働き：体を作る

ワンプレートや丼の時にも
主食・主菜・副菜に含まれる
食材がそろうように意識
すると栄養バランスUP♪



* ホームページで栄養教室の献立や健康情報を発信しています *
ホームページ「食育ポータル」→

《倉敷市保健所 健康づくり課 健康増進係 TEL 434-9868》

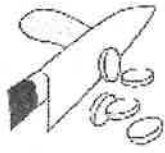


切り方いろいろ

切り方によって食感や食べやすさが変わります。
いろいろ試してみよう！

<参考: 株式会社くらこんHP>

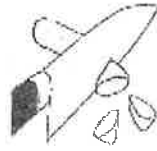
小口切り



表面の丸い野菜を
等間隔に切る。

きゅうり、ねぎ 等

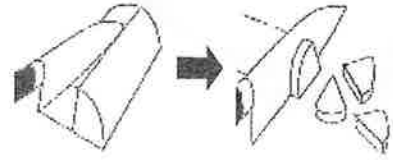
乱切り



野菜を寝かせて
左手で手前に回しながら、
断面を斜めに切る。

ごぼう、にんじん、なす 等

いちよう切り



縦半分に切った
野菜をさらに
縦半分に切る。

端から等間隔に切る。
大根、にんじん など

せん切り



端から少しずつずらし
ながら、等間隔に切る。

ピーマン、キャベツ 等

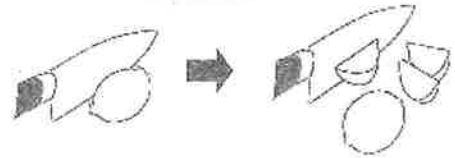
斜め切り



表面の丸い食材を、
等間隔に斜めに切る。

きゅうり、ねぎ 等

くし切り



球形の食材を
縦半分に切る。

芯を中心にして縦4～
6つに均等に切る。

玉ねぎ、レモン、トマト 等

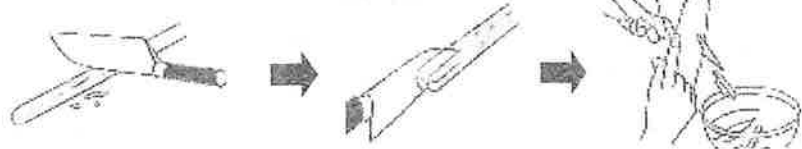
そぎ切り



指で材料の端を押さえ、
指の下を通すように切る。

鶏肉、白菜の根元 等

ささがき (ごぼう)

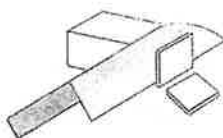


皮は、包丁の背で
こそげむく。

根元に十文字に
切り込みを入れて
おく。

左手でごぼうを回し
ながら、包丁の刃で削
るように薄くそぐ。

色紙切り



四角形になる様に切
り、1～2mmの薄さに
切る。

キャベツ 等

かつらむき



適当な長さに切り、
左手で野菜を回し
ながら、皮をむく。

大根 等

面取り



切り口の角を、丸くなる
ように細くこそげとる。
(煮くずれを防ぐ)

かぼちゃ、大根 等



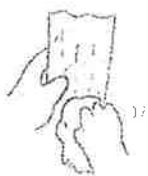
基本の

だしのとり方

昆布だし

めやす
水の2～5%

あっさりときせのない味。
魚のみそ汁に使うとしつこくならず、味が引き立ちます。



表面の白い粉は
旨み成分の結晶
だから、とらない
で！

①ぬらして固く絞った布巾で
昆布の表面のゴミや汚れを
取る。



②鍋に水と切込みを入れた
昆布を入れて火にかける。
火にかける前に1時間ほど
水に漬けておいてもよい。



③沸騰する直前に昆布を
取り出す。

かつおと昆布の 合わせだし

めやす
かつお：水の2～4%、
昆布：水の1～3%

上品な味が特徴の万能だし。
お吸い物、みそ汁、茶碗蒸し等に向いています。



①昆布だしのとり方の
とおりにだしをとり、沸騰
したらかつお節を入れて
火を止める。



②浮いてくるかつお節を
軽く押さえながら1分ほど
置く。



③別の鍋にザルをのせ、
ぬらして固く絞った布巾か
キッチンタオルを敷いて②
の汁をこす。

煮干しだし

めやす
水の3%

こくのあるしっかり味。
頭と内臓は苦味のもとなので取り除きましょう。



①煮干しの頭を除き、
身を縦に割り割いて
わたも取り除く。



②鍋に水と煮干しを入れて
火にかける。火にかける前に
数時間ほど水に漬けておいて
もよい。



③沸騰したらアクを取りながら
弱火にして3分くらい煮てこす。

応用技

しょうゆとだし汁を混ぜて
「だしわりしょうゆ」を作ろう！
塩分が少なくても、
だしの旨みで
おいしく食べられる！

だしを製氷皿に入れて
凍らせておけば、
少量使いたい時に便利！



だしをとった後の
かつお節と昆布は
フライパンで炒って、
ごまやさくらえびを
加えると、
手作りのふりかけに！



はばたけ

29

号

中島学区コミュニティ協議会

発行責任者：平井 健司 TEL：086-465-4324 印刷所：(株)あさひ印刷

発行：令和8年6月

中島学区コミュニティ協議会会長ご挨拶

中島学区コミュニティ協議会 会長 平井 健司



平素は中島学区コミュニティ協議会の活動に多大なご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

今年2月にアメリカ合衆国とイランで始まった戦争の影響で、ホルムズ海峡をタンカーが簡単に通過できなくなって、生活や仕事に看過できない大きな影響が出てきています。

当たり前の生活が出来なくなってくると地元での横のつながりが重要になってくると思います。

幸い中島では大きな災害もありますが、アンダーパスが浸かったり、用水が溢れたりなど、困りごとが全くないわけでもありません。

地域に支えられている中島学区コミュニティ協議会は、地区会長を始めそれぞれの団体の会長が構成メンバーです。

地域にとって心強いメンバーですので、相談事があると様々な意見が出てきます。

何でも相談できる環境になるよう役員全員で盛り上げてまいりますので、ご協力賜りますようお願い申し上げます。

社会福祉協議会会長就任のご挨拶

中島地区社会福祉協議会会長 大原 次男



細川前会長の跡を継ぎ、本年度より会長を務めさせて頂くことになりました。大原次男と申します。どうぞよろしくお願い致します。

私は、かつて水島コンビナートに勤務していた当時、地域への貢献、福祉については、広報等を通じて知り得た知識のみで終わっていました。会社退職後、地域のお役に立っていきたくと考え出した

のは、中島地域で住民福祉に汗を流される民生委員や社会福祉協議会のメンバーの「ここまで人の為に尽くしておられるのか」という姿を目の当たりにし「自分も何か役にたてたら」という思いに至ったからです。

高齢者支援を始め、大切な地域の福祉活動の中で、未来の宝である子どもさんたちの成長をお手伝い出来ることは、私たちにとって大きな希望に繋がります。

又、私の子ども時代に、地域の方達から受けた声掛けや励ましに勇気を頂いたことは忘れることなく、今でも暖かい思い出として残っています。

微力でも、今度は自分が応援させて頂く側として、お役に立っていくことができれば幸いです。まだまだ地域のことを隅々まで理解できているわけではありませんが、子どもさんたちが安心して行き来できる環境作りをはじめ、地域の為になることがあれば、皆さんと共に働いてまいりたいと思います。

今後とも、皆様のご指導、ご協力を宜しくお願い致します。

着任のごあいさつ

中島小学校 教頭 大塚 愛子



この度の異動で長尾小学校からまいりました、大塚愛子と申します。教頭として着任いたしました。どうぞよろしくお願いいたします。

着任以来、地域の皆さまによる温かな見守りや、さまざまな学校支援ボランティア活動が活発に行われていることに深く感銘を受けております。子どもたちが安心して学校生活を送ることができて

いるのは、地域の皆さまの手厚いご支援のおかげであり、心より感謝申し上げます。

これからも、学校・家庭・地域が力を合わせ、子どもたちの健やかな成長を支える学校づくりができるように努めてまいります。私自身も地域とのつながりを大切にしながら、一日も早く学校や地域のお役に立てるよう努力してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

着任のごあいさつ

中島幼稚園 園長 中藤 雅子



この度の異動で船穂幼稚園からまいりました、中藤 雅子と申します。どうぞよろしくお願いいたします。中島学区に赴任させていただくのは初めてですが、地域の方の温かな見守りやご支援をたくさん感じさせていただき、感謝の気持ちでいっぱいです。

中島幼稚園では、令和8年度より預かり保育が始まりました。4月には全園児57名でスタートしましたが、5月中旬

現在では、3歳児が定員いっぱいの25名となり他の学年にも入園のお問い合わせを複数いただき、園児数が増加している状況です。今後、中島幼稚園が地域の子育て支援の拠点となっていけるよう、地域の方のご助言やご支援もいただきながら頑張っていきたいと思っております。

また、幼稚園教育についても、いろいろな方に知っていただけだと思っています。公立幼稚園では、子どもたちの年齢や発達、季節などに合わせていろいろな遊びを経験します。

その中で、子どもたちの「やってみたい」という気持ちを大切にしながら、遊びの中で子どもたち自身が考えたり試したり、また、工夫したりなどしながら遊びを進める姿を大切にしています。『遊びは学び、学びは遊び』という言葉のように、幼稚園での様々な経験が小学校の学習にも自然とつながっていけるように、私たち教師は遊びの環境を考えたり子どもたちの姿からその環境を再構成したりしながら子どもたちが成長していけるように支えています。

幼稚園の中だけでは経験できないこともたくさんありますので、地域の方の力もお借りしながら、子どもたちの育ちを支えていけたらと思っています。今後も、中島幼稚園に対しまして変わらぬご理解とご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

令和8年度 中島学区コミュニティ協議会 役員名簿

役職	所属団体及び役職	氏名
会長	元事務局長・元PTA会長	平井 健司
副会長	中島自治会会長	佐藤 栄一
副会長	小満町内会会長	近藤 香織
副会長	大西公民館館長	宮原 利泰
地域振興部 部長	新町町内会会長	平山 良雄
地域振興部	旭町公民館館長	大松 雅章
地域振興部	中島ハイツ町内会会長	松尾 聡浩
地域振興部	並木町1丁目町内会会長	石田 正一
地域振興部	小満町内会コミュニティ部長	板谷 美代子
地域振興部	新町町内会コミュニティ部長	阿久根 幸雄
地域振興部	くらしき防災士の会副会長	木村 健太郎
青少年育成部 部長	中島小学校PTA会長	岡本 亮一
青少年育成部	中島幼稚園園長	中藤 雅子
青少年育成部	中島保育園園長	武部 登志子
青少年育成部	中島学区子ども会会長	西村 友佑
青少年育成部	第一中青少年を育てる会中島支部長	木村 恵理子
青少年育成部	南中青少年を育てる会中島支部長	下地 正
青少年育成部	放課後子ども教室運営委員会会長	中井 孝徳
青少年育成部	中島学童保育所長	河北 大樹
文化福祉部 部長	中島地区社会福祉協議会会長	大原 次男
文化福祉部	郷土を学ぶ会会長	応武 孝義
文化福祉部	中島学区愛育委員会会長	安部 明美
文化福祉部	中島学区栄養改善協議会会長	横山 幸子
文化福祉部	中島学区老人クラブ会長	住寄 善志
文化福祉部	体育施設開放運営委員会会長	岡田 光弘
文化福祉部	中島ふれあい広場愛護会会長	住寄 善志
環境部 部長	環境衛生中島学区支部長	竹並 義文

役職	所属団体及び役職	氏名
環境部	倉敷市農業土木委員 (中島)	白神 正則
環境部	倉敷市農業土木委員 (小満)	塩津 一郎
環境部	倉敷市農業土木委員 (大西)	宮原 晴夫
防犯交通部 部長	中島学区交通安全対策協議会会長	岡本 正樹
防犯交通部	中島学区交通安全協会中島支部長	濱西 信之
防犯交通部	中島学区交通安全会母の会会長	田坂 容子
防犯交通部	中島学区防犯組合連合会会長	武部 素明
防犯交通部	中島交番地域安全推進員 中島	武部 素明
防犯交通部	中島交番地域安全推進員 小満	板谷 二三夫
防犯交通部	倉敷市少年補導委員	下地 正
サポート部 部長	前事務局長・元PTA会長	引田 真吾
サポート部	元PTA会長	三木 浩克
サポート部	元PTA会長	岡田 孝弘
サポート部	前PTA会長	中井 光徳
サポート部	元中島学区子ども会会長	森 雅之
サポート部	前中島学区子ども会会長	河野 義将
サポート部	前小満町内会コミュニティ部長	田中 秀昌
事務局 局長	元PTA会長	藤本 博昭
事務局	中島小学校副校長	吉田 聡介
会計	中島学区交通安全母の会会長	田坂 容子
会計	中島学区交通安全母の会副会長	中西 雅子
監査	直前会長・中島ポンボクラブ運営委員長	大山 京章
監査	中島小学校教頭	大塚 愛子
顧問	中島小学校校長	三宅 加寿子
顧問	倉敷市議会議員	大守 秀行
顧問	倉敷市議会議員	龍本 寛

中島学区コミュニティ協議会

第31回 中島学区 夏祭り
～みんなで作ろう！笑顔あふれる中島の夏～

【日時】2026年7月25日(土)
17:00～20:30
【場所】中島小学校グラウンド

※会場周辺には駐車場はございません。
徒歩または自転車でお越しください。
駐輪場：中島ふれあい広場

【ステージプログラム】
中島幼稚園キラキラ隊
中島学童保育
子どもカラオケ
倉敷中央高等学校吹奏楽部
岡山芸人 京極(きょうごく)

【美味しい夜店・楽しいゲーム】
出店：中島関係団体
グルメ：焼き鳥・焼きそば・フランクフルト・
かき氷・バクダンキャンディー等
遊び：ヨーヨー釣り、スーパーボールすくい、
輪投げ・射的 等

【ご来場の皆様へお願い】
ゴミの分別回収にご協力ください。会場内は禁煙です。
各自で十分な熱中症対策をお願いします。

【主催】中島学区コミュニティ協議会



いつまでも元気でいようぞ

敬老会

日時：10月11日(日)9:00～(8:30受付)
場所：中島小学校 体育館
駐輪場・駐車場：グラウンド(車は南門から)
対象：70歳以上

※スリッパをお持ちください
※景品を用意しております



中島ふれあいフェスティバル

日時：12月12日(土)
9:00～12:00頃まで(少雨決行)

場所：中島小学校 体育館及び周辺

※自走車は南門、正門から
※車はふれあい広場(台数限定)
(西門は歩行者のみ通行可)

お餅
赤飯
販売

中島学区恒例!!

中古制服
体操服販売

お餅・
しめ縄作り

数量限定!
ぜんざい無料
(先着順)

餅つき体験
無料

飲み物他
販売

ミニ健康展
健康チェック無料

小満野菜市
野菜直売

試食コーナー
数量限定!

数量限定!
ぜんざい無料
(先着順)

餅つき体験
無料

飲み物他
販売



主催：中島学区コミュニティ協議会 共催：中島地区社会福祉協議会

第11回ふれあいグラウンドゴルフ大会

<実施日> 令和7年11月15日（土） 場所：中島小学校

11月の秋晴れの中、参加者70人の方が元気にプレーされました。グラウンドいっぱいに笑顔が溢れ一喜一憂しながら、日ごろの練習の成果を発揮、上位入賞目指して、最後までベストを尽くしました。平素、出合いが少ない方たちとのふれあい、親睦を深める一日でした。

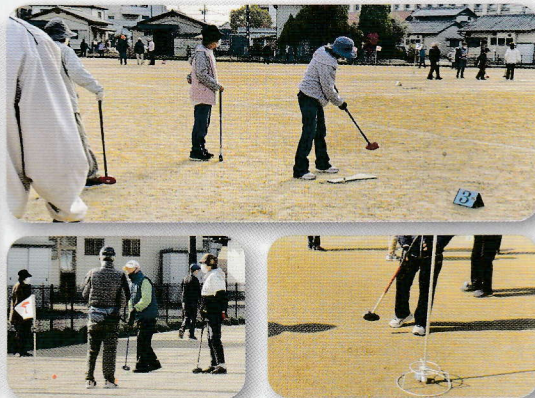
世代を超えて皆さんで楽しめるスポーツです。ご参加お待ちしております。

<次回予定> 令和8年11月14日（土） 場所：中島小学校



大会結果

順位	氏名	所属	打数
優勝	別宮 三郎	中 島	51
第2位	白神 浩子	永楽会	59
第3位	宮原 貞章	永楽会	59
第4位	山川 悠	ふれあいウ	60
第5位	板谷 美智子	なかよし	61



防災訓練

<実施日> 令和8年2月7日（土） 場所：中島小学校

<次回予定> 令和8年9月12日（土） 場所：中島小学校

<参加者> 200 人

<訓練内容>

- ・ 防災倉庫の点検、非常用発電機等の動作確認
- ・ 非常用トイレの組立て設置とマンホール等の使用確認
- ・ 煙避難体験、消火器取扱訓練、炊出し訓練。

災害発生時における安全確保、避難行動などに向けた訓練 等。

次の防災訓練は令和8年9月12日（土）に予定しています。頻発する地震に対し地震体験の出来る「起震車」を現在交渉中です。



生活支援サービス 中島ボランティア・りんりん

病院、市役所、スーパーでのお買い物など外出支援です。

運行日は火曜日と金曜日の週2回です。現在外出にお困りの方、ご相談ください。

詳しくは倉敷西高齢者支援センターへ

☎ 466-3156



子ども会PR

中島学区子ども会では、イベントや体験活動を通して、子どもたちが楽しく交流できる活動を行っています。

地域の友だちだけでなく、ほかの小学校の子どもたちとも交流できるのが魅力のひとつです。活動を通して、新しい友だちづくりや、協力する楽しさを学ぶことができます。ウォーターフェスティバルやeスポーツ大会、学校キャンプ、農業体験など、楽しいイベントも盛りだくさん！子どもたちの「やってみたい！」を大切にしながら、みんなで思い出を作っています。

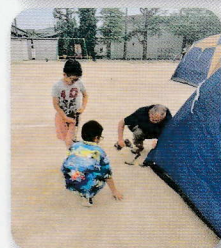
ぜひ一緒に、子ども会活動を楽しみましょう！

三世代ふるさと防災・ウォークラリー

中島小学校をスタート地点として、「三世代ふるさと防災・ウォークラリー」を開催しました。当日は、天気が心配されましたが、何とか開催できました。子どもたちからお年寄りまで、三世代が参加し、地域を歩きながら交流を深めました。参加者は小満地区を巡り、各ポイントに設置されたキーワードを集めながらゴールを目指しました。「次の言葉はこれじゃない？」「もう答えが分かったかも！」と、キーワードが揃う前から答えを予想する声も聞こえ、世代を超えて楽しく会話をしながら歩く姿が見られました。

ウォークラリー終了後は中島小学校に戻り、防災に関するクイズ大会を実施しました。防災について学びながら、参加者全員で楽しい時間を過ごすことができました。

地域のつながりを感じられる、とても有意義な行事となりました。



民生委員・栄養委員ボランティア

「みんなの食堂ハピネス」です！

「みんなの食堂」です。子ども食堂でもシニア食堂でもありません。子どもさんだけでなく、高齢者の方にも、子育てママにも一緒に食べる機会を提供したいと始めています。

いろんな世代が「いっしょに食べるとおいしいね」と言えるといいですね。子どもさんがいるだけで楽しくなるようなそんな食堂を目指しています。最初は子どもさんだけで不安なお父さんやお母さんも一緒にちょっと立ち寄ってください。食事がなくなっていたらごめんなさい。でも懲りずにまたきてください。

- ★場所は、三谷原内科医院の3階です。ゆっくりでもいいですが階段を上れる体力が必要です。
- ★毎月第3日曜日 午前11時から受付、なくなり次第終了。
- ★会費は小・中学生と75歳以上は100円。幼児は無料、そのほかの大人の方は300円です。
- ★心とお腹が満足してもらえよう、カレーライスつくって(ときどきメニュー変更あります)

スタッフ一同みなさんの笑顔に出会えるのを楽しみに待っています。



みんなの食堂ハピネスです。

あつまれ!子どもたち!!

倉敷市中島学区子ども会 新入会員募集

子ども会では「子どもの異年齢交流」と「子ども会を通しての自立体験」が得られるような活動を目指しています。2023年度では春の子ども会大運動会「ウォーターサバイバルフェス」(星の盗賊と勇者たち)を開催し、親子ともにRILの笑顔が見られました。子ども会は、スポーツや地域行事参加を通して「子どもが成長する機会体験」が得られる会です。今年もRILのワクワクするイベントを企画しています！小学生の皆さんのお入会をお待ちしております。みんなと一緒にワクワクしながら楽しみたいですよ！

子ども会春の大運動会

滝走中島美星町

ソフトボール 小満ウインズ

球技チーム

ソフトボール 中島ミニーズ

ソフトボール 中島サンライズ

現在メンバーを募集しています!

「家でゲームばかり・・・」「時間を持て余して・・・」という君!チームに入ってみませんか? ルールがわからなくても大丈夫! 監督やコーチが優しく教えてくれます。低学年の方も大歓迎!見学・体験はいつでも可能です。お気軽にお問い合わせください。

QRコード

中島ミニーズ LINE

中島サンライズ ブログ

Q 役員って大変なの?

A 必要最低限の人数で理事会などはありますが「子どもにとってこうしたいな」という事などを話し合っています。役員同士での情報交流や地域での関わりも積極的に行います。

Q 入会費用は?

A お住まいの地域によっても違いますが年1,000~3,000円で参加できます。

Q 誰でも入れるの?

A 中島小学校学区内の小学生は1~6年生まで入れます。低学年のお子さんも安心して参加してもらえるような行事を開催しています。

Q 子ども会ってどんな組織?

A 子ども会は、スポーツや文化研修、地域行事参加を通して「子どもの異年齢交流」と「子どもの成長の機会体験」が得られる会です。

Q 入会すると何が得られるの?

A スポーツを通して得られる「チームワーク」「相手を敬うマナー」「精神力」に興味がある子どもはソフトボール・フットボールチームへの入会をオススメします。また、スポーツはちょっとというお子さんも学校関連行事を始めとしたいろいろな行事に任意で参加することができ、普段の友達以外の異年齢交流を通してのコミュニケーションが得られます。友達もできやすく地域にも馴染みやすいことも魅力のひとつです。

倉敷市中島学区子ども会会員の成長を地域の方で応援しています

お問い合わせ先 **入会相談窓口** 学区長 西村 友佑 連絡先 080-5631-5550

ちよとひとこ

作：末田信弘

岡山はキミに任せた!

令和8年7月3日から
8月14日までの間、岡山
県警察官・警察行政職員
を募集します。

はーい!

警察官～治安を守る誇り～

1日に約530件の110番通報がある岡山県。

電話の向こうには
助けを求める県民
の皆さんがいます。
「隣の国岡山」をあなたの情熱
で笑顔いっぱいしませんか?

警察行政職員～県民のために～

警察行政職員の仕事は、落とし物の
取扱い、
各種許可
事務など、
多岐にわた
ります。

お気軽にお問い合わせください!

○最寄りの交番・駐在所
○あなたの街の警察署
または
岡山県警察本部
警務課採用係
0120-055-314
(レッコーブーサイコー)
へどうぞ!

警察官A・B、警察行政職員Bの募集

◆募集期間

7月3日～8月14日

◆受験資格

○警察官A、B

○警察行政職員B

※詳しくは、受験案内を御覧ください。

◆試験日程

○第一次試験

・警察官 9月20日

・警察行政職員B 9月27日

○第二次試験

・警察官
11月14日～17日のうち指定する日

・警察行政職員B
11月7日～9日のうち指定する日

◆受験申込み・問合せ先

岡山県警察本部警務課採用係

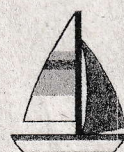
086-234-0110(代表)

フリーダイヤル 0120-055-314



ふれあい

7月



発行所
倉敷警察署
426-0110
中島交番

性犯罪被害の防止

性犯罪被害相談電話

#8103

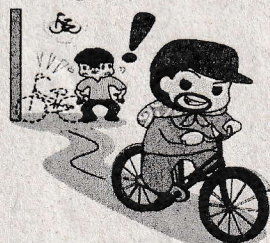
フリーダイヤル 0120-001-797

あなたの心に寄り添う相談電話があります。
あなたの声をしっかりと受け止めます。



犯罪被害者支援センター
ふれあい

中島交番管内では、
カギを掛けていない
自転車の盗難が発生
しています!



駐輪する際は、
短時間でも鍵を!

中島交番事件簿

水難・山岳遭難防止

○ 水の事故を防ぐため

- ・水深の深い、流れが激しい場には近づかない。
- ・天候の変化に注意し、悪天候のときは中止。
- ・子供だけでは、絶対に遊ばせない。
- ・海や川等では、ライフジャケットを着用する。
- ・飲酒、体調不良時には絶対泳がない。

○ 山岳遭難を防ぐため

- ・自分の知識、体力に見合った山を選ぶ。
- ・必要な装備を整え、安全で余裕のある登山計画を立てる。
- ・管理者、警察署等に登山計画書を提出する。
- ・携帯電話に加え、予備のモバイルバッテリーを携帯する。
- ・天候や体調が悪いときは、早めに登山を中止する。

安全を第一に楽しい夏レジャーを!!

