

11月



鴨めーる

[中里北部地区気づきの和連絡会共催]



地域とともに考える「ひきこもるということ」

昨年度に引き続き「ひきこもり」をテーマに講演会を開催します。経験者の思いを聴き、ひきこもりに対する取り組みを知り、向き合い方を一緒に考えてみませんか？

中里北部地区

気づきの和

この講演会は
QRコードからでも
申し込みできます！



<https://forms.gle/nJYFyuzwjwbKs3cf9>



【講師】 特定非営利活動法人
KHJ全国ひきこもり家族会連合会
本部事務局所属 ソーシャルワーカー

深谷守貞 (ふかや もりさだ) 氏

【日時】 令和6年11月5日(火) 14:00~15:30

【場所】 鴨志田地域ケアプラザ 多目的ホール

【定員】 30名 (要申込、先着順) 【参加費】 無料

【持ち物】 上履き、外履き入れ

New!



第3回 鴨志田寄席 開催!

講談
落語

11月10日(日) 14:00~15:45

楽笑友の会の皆様による落語と講談

笑

大好評! お待ちかね!

【参加費】 おひとり500円

「楽笑友の会」の皆様をお招きし、子ども(小学生以上)からおとな迄、夢中で笑える楽しい時間を一緒に過ごしましょう。

浮世亭寿八

※内容要確認

【場所】 鴨志田地域ケアプラザ 多目的ホール
【定員・対象】 小学生以上 先着30名。要予約



悠夕
みのりサロン

京都守護職、戊辰戦争、斗南藩
「会津藩の活躍と悲劇」

幕末。会津藩主の松平容保は幕府たつての願い出で、京都守護職に就任。「攘夷」が吹き荒れる京都で、「一会桑」として新選組と共に大活躍。戊辰戦争の開始。新政府軍との戦い。白虎隊の悲劇、会津鶴ヶ城の落城。最果ての地「斗南藩」での苦難の歴史を解説。



【開催日時】

11月27日(水) 13:30~16:30

【対象・定員】 おとな 先着20名

【参加費】 1人400円(資料・お茶代含む)

年末年始の準備 包丁研ぎ講座

【開催日時】 12月17日(火) 13:00~15:00

砥石を使って講師が丁寧にレクチャーします。年末、ご自宅の包丁の切れ味は抜群!

【参加費】 1,000円(資料・道具代など含む)

【持ち物】 筆記用具、ハンドタオル、雑巾、ご自身の包丁1本、上履きと外履き入れ

【定員・対象】 おとな 6名(先着順)



New!

11月開講 古典文学講座

講師を招いて、「伊勢物語」を読み進めます。

初回 11月30日(土) 13:10~15:00

全8回 概ね毎月第1・3土曜日開催

【参加費】 3,200円(全8回分)

※初回に徴収します。(資料代含む)

【定員】 先着30名迄

【持ち物】 筆記用具、上履きと外履き入れ
任意で水分補給用の飲み物

【令和6年11月の予定】

●予定に変更が生じる場合がございます。
●来館時は上履き、外履き入れ、任意で飲料水なども持参してください。

はまちゃん体操	1日	15日	※予約不要	10:10~11:00
鴨のお茶の間	1日		※要予約	13:30~15:00
ミニデイサービスひろがりサロン	4日	11日	25日	※内容や時間は要問合せ
親子のひろば かも☆ん	5日	19日	※要予約	10:00~11:30
姿勢美人 (体幹トレーニング)	6日	20日		15:15~16:15
ほっこりんこ (子育て相談会場)	6日・13日・20日・27日 ※区のHP参照・要確認			
鴨志田ノルディック	7日	16日	※時間要確認	
小学生も参加できる将棋講座	11日	25日	※要予約	15:30~17:00
シルバーリハビリ体操	12日	26日		14:00~15:00
鴨志田ウォーキングクラブ	13日			※時間、場所要確認
ぬりえサロン SAI	15日			13:00~15:00
鴨ちゃん健康クラブ	19日	※事前申込制		
鴨の花のとも (生け花)	23日	※事前申込制		10:00~12:00
介護者のつどい	28日	13:30~15:00		介護をされている方、介護をされていた方。



ママのための育児講座

悩みを共感、共有して、楽しい育児をしていきましょう。

【講師】人見 碧氏

【開催日時】11月1日(金) 10:00~11:30

母乳ケア専門の(お産は扱わない)助産院花掌(はなごころ)代表

【場所】鴨志田地域ケアプラザ(※駐車場の貸出無し)

【参加費】500円(資料代含む)

【持ち物】バスタオル、筆記用具、上履きと外履き入れ、子どものおもちゃなど、水分補給用の飲み物、オムツなど。(オムツの使用済みは持ち帰り下さい)

【内容】

- 母乳のお話
- 育児の悩み解決策
- 産後の身体と心のケア
- ママのストレス発散体操

New!



☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

園芸講座

クリスマスと正月を彩る

講師：高橋 佳晴氏 ガーデンコンテナ作り

11月29日(金) 13:30~15:00

材料費：2,700円

※時価変動の可能性含む

※直径30センチの足つき

テラコッタ1台と季節の草、

花ポット数点分の実費相当額

先着25名

持ち物は要問合せ



山粧う湖に裾ひたしつつ
 駅の名も柿生なりけり柿の里
 白き佳人 秋明菊や風そよぐ
 葉なき枝に熟れ柿まばら夕陽てる
 練堀をまわれれば谷中かえり花
 新米の湯気に大きく深呼吸
 秋更けてひとり「旅愁」を口づさむ
 秋晴れに写経で心身落ち着けり
 老鴉柿の盆栽仕立 風情あり
 秋の朝 配膳ロボが右左
 広辞苑 閉じて額を秋が行き
 裸木に赤い実映えるハナミズキ

鴨志田俳句会の作品紹介

S S S N Y K H K E T F I

 Y A K K K T O K K M S K

