

回													
覧													

宝島くらはし

倉橋まちづくりセンター・倉橋まちづくりセンター釣土田分館 だより

【発行日】 令和6年10月10日 【電話】 (0823) 53-0577
 【発行元】 倉橋まちづくりセンター 【FAX】 (0823) 53-0875

★ 倉橋地区の人口と世帯数 ★

【令和6年8月末現在】（前月比）

人口 4,418 人（－ 6人）
 男性 2,127 人（－ 3人）
 女性 2,291 人（－ 3人）
 世帯数 2,631 世帯（－ 3世帯）



11月号
【No.127】



だよりQR

たのしい 色のせかい講座



色の特性を学んで、万華鏡を作ります。

【持参物】 筆記用具
 【申込先】 倉橋まちづくりセンター窓口
 （土・日・祝も受付可能です）



受付は10月20日（日）から定員になるまで
 （受付時間は8：30～17：15）

※電話受付可能
 倉橋まちづくりセンター（電話：53-0577）

【日時】 11/16（土）10：00～12：00
 【場所】 倉橋市民センター 1階 会議室
 【講師】 中島 千佳子 さん
 【対象】 小学生以上（先着12名）
 ※小学3年生までは保護者同伴
 【参加費】 受講料：400円
 材料費：600円



クリスマス フラワーアレンジメント講座

クリスマスに飾るフラワーアレンジメントを作ります。



【持参物】 はさみ・タオル・ゴミ袋・
 作品の持ち帰り用袋
 【申込先】 倉橋まちづくりセンター窓口
 （土・日・祝も受付可能です）

受付は10月20日（日）から定員になるまで
 （受付時間は8：30～17：15）

※電話受付可能
 倉橋まちづくりセンター（電話：53-0577）

【日時】 11/24（日）10：00～12：00
 【場所】 倉橋市民センター 1階 会議室
 【講師】 石浜 節子 さん
 【対象】 小学3年生以上（先着12名）
 【参加費】 受講料：400円
 材料費：1,600円



手芸講座

フェルトで正月飾りの干支のリースを作ります。

フェルトを使って正月飾りの干支(へび)の
 リースを作しましょう！



【持参物】 はさみ・裁縫道具一式・ボンド・
 洗濯ばさみ（5個）・手拭きタオル
 【申込先】 倉橋まちづくりセンター窓口
 （土・日・祝も受付可能です）

受付は10月21日（月）から定員になるまで
 （受付時間は8：30～17：15）

※電話受付可能
 倉橋まちづくりセンター（電話：53-0577）

【日時】 11/24（日）13：30～15：30
 【場所】 倉橋市民センター 1階 会議室
 【講師】 面出 雄子 さん
 【対象】 年少以上（先着12名）
 ※小学3年生までは保護者同伴
 【参加費】 受講料：400円
 材料費：100円※材料費は当日集めます。



アドベントカレンダーを作ろう講座

～クリスマスをカウントダウン！ツリー型に作るよ！！～

【日時】12/1（日）13：30～15：30

【場所】倉橋まちづくりセンター 3階 美術工芸室

【講師】前中 詩織さん

【対象】年少以上（先着15名）

※小学3年生までは保護者同伴

【参加費】受講料：400円

材料費：600円（当日集めます）

12月1日からクリスマスまでをカウントダウンする期間限定の特別なカレンダーを作ります。

【持参物】 筆記用具・ハサミ・あれば色鉛筆
※汚れても良い服装でお越しください。

【申込先】 倉橋まちづくりセンター窓口
（土・日・祝も受付可能です）

受付は10月21日（月）から

11月25日（月）定員になるまで

（受付時間は8：30～17：15）

※電話受付可能

倉橋まちづくりセンター（電話：53-0577）



たのしい 年賀状作り講座

消しゴムはんこを使って年賀状を作ります！
筆やペンで文字やイラストを描いて仕上げていきます。

【日時】12/1（日）10：00～12：00

【場所】倉橋市民センター 1階 会議室

【講師】中島 千佳子さん

【対象】18歳以上（先着12名）

【参加費】受講料：400円

材料費：400円（当日集めます）

※ 材料費は多少の変動があります。

※過去の作品の見本です。



【持参物】 年賀ハガキ（10枚以上）
※前回受講された方で、スタンプ等をお持ちの方はご持参ください。

【申込先】 倉橋まちづくりセンター窓口
（土・日・祝も受付可能です）

受付は10月20日（日）から定員になるまで
（受付時間は8：30～17：15）

※電話受付可能

倉橋まちづくりセンター（電話：53-0577）

歌のひろば講座

9月4日（水）・18日（水）

開催しました。

楽しく歌を歌って健康と親睦を深めることが出来ました。



ミニチュア樹脂粘土講座

9月8日（日）開催しました。

ハロウィーンをテーマにした作品が出来上がりました。



陶芸講座

9月8日（日）開催しました。

世界に一つだけの自分らしい焼き物を作ることが出来ました。



マイハートコンサート

9月14日(土)
開催されました。



くらはし

初日マラソン&ウォーク



事前申込
12月25日(水)まで

- ・日時 1月1日(祝) 6:00(受付5:30~)
- ・集合場所 倉橋体育館 **当日受付はありません。**

*悪天候の場合は中止 お金は当日受け取ります。

今回から事前申込が必要 当日受付はありません。

開催要項は、11月頃に倉橋まちづくりセンターのホームページへ掲載いたします。直接窓口での受付 FAX・TELの受付可能。

10月27日(日)の

くらはしお宝朝市は中止となりました。

宝島くらはしまちづくり協議会お宝朝市部会 呉市倉橋市民センター
TEL: 53-1111

くらはし文化まつり

【作品展示】 10:00~15:00

11月4日(月・振替) 10:00~15:00(予定)

【芸能発表】 13:00~15:00

倉橋体育館にて

【主 催】 倉橋町文化団体連合会

【問合先】 事務局: 倉橋まちづくりセンター

☎ 53-0577

特殊詐欺は犯人と

話をしないことが重要です!

犯人と話をしないため、自宅の固定電話を見直し、

- 非表示番号を着信拒否
- 常時留守番電話で相手を確認
- 防犯機能付き電話機を設置

などの対策をとみましょう。

相手の電話番号をしっかりと確認し、知らない番号には出ないことで詐欺の被害に遭わないようにしましょう。



SNS型投資詐欺・SNS型ロマンス詐欺は、Facebook、Instagram、LINEなどのSNSを通じて被害に遭います。SNSでのお金の方は詐欺を疑いましょう。



呉警察署 0823-29-0110

倉橋町の各種相談業務の実施日のお知らせ

各種困りごと、悩みごとの相談に応じます。
相談は無料です。ひとりで悩まずお気軽にご相談ください。

相談業務内容	日時	場 所	
		倉橋まちづくりセンター	
○ 行政相談	10月22日(火) 9時30分~11時30分		
○ 心配ごと相談	10月29日(火) 9時~12時		
○ 人権相談	11月14日(木) 9時~12時		

育児相談室

日 時：令和 6年 10月16日（水）
10：00～11：00

場 所：まちづくりセンター 3階和室

持参物：フェイスタオル・母子健康手帳

保健所 管理栄養士・歯科衛生士が来ます。

* 事前予約をお願いします。

前日までに予約がない場合は栄養士・
歯科衛生士による相談は中止になります。

乳幼児健診等業務の都合でやむを得ず**事務所に保健
師が不在場合があります**。相談・申請・交付等でご来
所の場合は前もってご連絡いただくと安心です



良い睡眠で健康な毎日を送ろう

毎日の活動は良い睡眠が支えています。
睡眠の質の良否は、睡眠環境や起きている間の生活習慣などに左右されます。



朝からの行動が
快眠に
つながります！

～睡眠の質を上げる 生活のポイント

- 決まった時間に起床
- カーテンを開ける
- 太陽の光を浴びる
- 朝ごはんを食べる
- 日中から体を動かす
- 楽しい笑いのときが大事
- 明るいうちで過ごす
- 昼寝は30分以内
15時まで
- 夕食は決まった時刻に
- 夕方以降は強い光を避ける
- あめのお風呂
- 眠る前はスマホを見ない



【今月の自動車図書館予定表】 * 都合により変更する場合があります。ご了承ください。

＜ 鹿島コース（隔週水曜日）＞

2024年 11月13日・27日		
	場 所	時 間
1	きらきら音戸保育園	10:00～10:15
2	明德保育所	10:35～10:50
3	倉橋まちづくりセンター釣土田分館	10:55～11:15
4	尾立自治会事務所	13:15～13:30
5	室尾自治会事務所	14:00～14:20
6	鹿島上	14:40～15:00
7	海 越	15:15～15:35

＜ 重生コース（隔週金曜日）＞

2024年 11月8日・22日		
	場 所	時 間
1	倉橋保育所	11:10～11:25
2	倉橋の里（重生）	13:10～13:25
3	旧宇和木小学校	13:40～14:00
4	なぎさ音戸保育園	14:30～14:45

倉橋図書館をいつもご利用いただきありが
とうございます。

本を読み、心に潤いのある生活を送りましょう。

皆様のお越しをお待ちしております。

あなたと本の出会いコーナー
11月のテーマ
「人権問題」

11月の絵本会

日 時：11月16日（土）
時 間：15：00～15：30
場 所：図書館児童コーナー
たのしいよ！
スタンプを押してもらえよ！

倉橋 島フェス無事終了しました！

9月7日（土）、8日（日）に倉橋 島フェスを行いました。
マルシェ&コスプレ&痛車という島では物珍しい内容ではあり
ましたが、天気にも恵まれ、多くのご来場者様にお越しいた
くことができました。

この場をお借りしまして、この度イベントにご協力いただきま
した皆様、当日遊びに来てくださった皆様ありがとうございます。

倉橋に住み、協力隊の仕事を始めて1年程度の私が「倉橋を
もっと多くの人に知ってほしい」という思いで、最初は何と
なく提案した案でしたが、ここまで多くの方に携わっていただき、
実現できたことに感謝しかありません。

そして、イベントの目的である「倉橋をもっと多くの人に知
ってもらう」ためには、継続が必要であると思います。今回のイ
ベントをしっかりと振り返り、レベルアップしながら、倉橋を
盛り上げていけるよう精進してまいりますので、今後とも皆様
応援のほどよろしくお願いいたします！



倉橋地域おこし協力隊 田中 佑菜