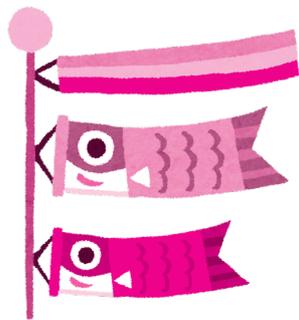




4 ▶ 5 ▶ 6 月号

Life Park



EYE

No.
127

ライフパーク倉敷

〒712-8046 倉敷市福田町古新田940番地
TEL 086-454-0011
FAX 086-454-0305

TOPICS

- ◇市民学習センターからのお知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・ P2
特別企画、公式YouTubeチャンネル「倉敷市e公民館」、
インスタグラムのお知らせ
- ◇科学センターご利用案内・・・・・・・・・・・・・・・・ P3～P4
こどもの日スペシャル、くらしき宇宙セミナー
- ◇教育センターからのお知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・ P5
- ◇講座案内・・・・・・・・・・・・・・・・ P6～P13
- ◇講座の申込方法・・・・・・・・・・・・・・・・ P14
- ◇図書室伝言板・・・・・・・・・・・・・・・・ P15

講座等の情報はホームページでもご覧いただけます。

<https://www.kurashiki-oky.ed.jp/lpktop/lpktop.html> ▶



リサイクル適性

この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

市民学習センターからのお知らせ

- 特別企画 **ランチタイムコンサート～アンデスの大地に想いを馳せて～**
6月7日(日) 12:00～12:45(開場 11:30) 入場無料(自由席)



1967年に岡山市で結成されたフォルクローレグループ、コンフント・アンデスのみなさんによる演奏をお届けします。ペルー、ボリビア、アルゼンチンといった国々をまたぐアンデス山脈で、古くから演奏されている音楽を聴き、遠い大地に想いを馳せてみませんか。お子様の鑑賞も歓迎です。どなたさまもお気軽にお越しください。

出演者/コンフント・アンデス
会場/ライフパーク倉敷 1階 大ホール
対象/一般(小学生以下は保護者同伴)
定員/280人(先着順)

申込不要

- 特別企画 **子どもシアター(人形劇)** 入場無料(自由席)
6月13日(土) ①10:30～、②13:30～ ※各回同一内容を行います。



令和4年4月公演より
人形劇「はらぺこあおむし」

真備地区のメンバーでつくる人形劇グループ「たんぽぽぐみ」の公演です。タンポポの綿毛のように子どもがいるところならどこへでも、夢と感動の種をまきに飛んでいきます。子どもたちを笑顔にする楽しいお話を用意しました。

内容/人形劇、ペープサート、布絵本 ほか
※内容は変更になる場合があります。
会場/ライフパーク倉敷 1階 中ホール
定員/各回80人(先着順)
※開場は、①10:00～、②13:00～です。

申込不要

公式YouTubeチャンネル「倉敷市e公民館」

動画投稿サイトYouTube(ユーチューブ)上にある倉敷市公民館の公式チャンネル「倉敷市e公民館」では、ご自宅でも気軽に学習していただけるよう、さまざまな動画を配信しています。

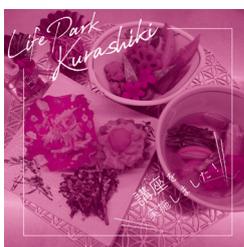


Instagramのお知らせ

市民学習センターでは、Instagramにて講座・イベントのご案内やご報告を行っています。ぜひフォローしてください。



ライフパークEyeE
発行も
いち早くお知らせ!



講座・イベントの
様子をご紹介
しています♪

市民学習センター公式アカウント
@kurashiki.lpk_sgc



科学センターご利用案内 プラネタリウム・全天周映画

TEL 086-454-0300(科学センター)

【開館時間】9:00~17:15 (入館は16:45まで) 【休館日】毎週月曜日、年末年始(巻末のカレンダーをご参照ください)

■プラネタリウム

ドーム径21m、165席。大型プラネタリウムとドーム映像プロジェクターを有する、中国地区最大級の科学シアターです。

星座の解説をはじめ、星や宇宙の話題を提供するプラネタリウム、巨大ドームいっぱいに広がる大迫力映像の全天周映画を、ぜひご体感ください。



■上映スケジュール

※プラネタリウム・全天周映画の臨時休演 5/19(火)、5/20(水)

※上映内容は定期的に更新されます。詳細は科学センターWebサイトを
ご覧いただくか、電話にてお問い合わせください。

火~金	学習投映(団体優先投映) 10:00、11:10、13:10				15:10 全天周 映画	16:20 プラネ タリウ ム
土・日・祝日 春・夏・冬休み	10:30 全天周 映画	11:40 プラネ タリウ ム	12:50 全天周 映画	14:00 プラネ タリウ ム	15:10 全天周 映画	16:20 プラネ タリウ ム

■利用料金(科学展示室、プラネタリウム、全天周映画)

	科学展示室	プラネタリウム	全天周映画
一般	410円	500円	500円
高校生	100円	350円	350円
小学生・中学生	100円	250円	250円

- ・20人以上の団体利用は割引あり(ご予約をご利用ください)。
- ・幼児、65歳以上の方、障がいのある方(証明書が必要)は無料。
- ・倉敷市内の小中学生・中学生は、いきいきパスポートまたは生徒手帳提示で無料。

■科学展示室内の実演時間(展示室入館料が必要)

サイエンスショー 毎週日曜日 14:00~14:15
4次元デジタル宇宙シアター 毎週土・日曜日 13:15~13:30

■たけのこ天文台(真備図書館屋上)

開館日:4/25(土)、4/26(日)、5/23(土)、
5/24(日)、6/20(土)、6/21(日)

ご利用には、事前予約が必要です。

小学生以下は保護者同伴。無料。

お申し込みは科学センターへお電話で。

(086-454-0300)



■わくわく工作室・実験室(参加費無料・整理券配布)

身近な材料を使う児童、幼児向けの科学工作・実験教室。

親子で楽しめる内容です。

小学3年生以下は保護者同伴でご参加ください。

科学センター1階受付にて、当日12:30より整理券を配布します。
1日につき4回、13:00/13:30/14:00/14:30に開始します。
各回20分程度で、12組までご参加いただけます。

●わくわく工作室 13:00~15:00

4月11日(土)「坂道コロコロ」
5月9日(土)「割りばしバスケット」
6月13日(土)「ペットボトルカー」



●わくわく実験室 13:00~15:00

4月25日(土)「ビー玉コースターで的当て」
5月23日(土)「顕微鏡で観察しよう」
6月27日(土)「ドライアイスでクールに実験」

倉敷科学センターこどもの日スペシャル!!

見て、作って、遊んで、楽しめる、こどもの日のおまつり。

実験ライブショーや工作教室など、参加費無料の楽しいイベントを準備中です。

いつもの展示室、プラネタリウム、全天周映画も行っています。

この機会にぜひ倉敷科学センターへご来館ください。

開催日

5/4(月・祝)~5/6(水・祝)の3日間

当日は混雑が予想されます。

混雑を避けるため、整理券が必要なイベントや
入場制限を行う場合がありますので、ご了承ください。

- 鉄道模型展・写真展
- 実験ライブショー
- 身近な材料でかんたん科学工作(要整理券)
- 太陽観察会 ※悪天候時中止



「星のソムリエ®」は、星空案内人資格認定制度運営機構が管理・運用する商標であり、星空案内人資格認定制度における資格の名称です。

令和8年度 **くらしき宇宙セミナー** (全8回) ～星のソムリエ®・星空案内人資格認定講座～

☆星空案内人(星のソムリエ)とは?

「星座や星がさがせたら…」 「天体望遠鏡を使えたら…」 「観望会の企画やボランティア活動をしたい…」。「くらしき宇宙セミナー」は天文学を学ぶだけではなく、学んだ知識を人に語り感動を共有できるようになるための連続講座です。

豊かな知識と経験からおいしいワインを選んでくれるソムリエのように、星空や宇宙の楽しみ方を教えてくれるのが星空案内人です。資格をとって科学館や学校で指導したり、地域のボランティアとして活動してみませんか。この講座は「星空案内人資格認定制度」に準じた内容になっており、『星空案内人(星のソムリエ)』を目指すことができます。今シーズンの「くらしき宇宙セミナー」では、出席やレポート提出など所定の要件を満たすと「**星空準案内人(準ソムリエ)**」が認定される仕組みになっています。なお、「**星空準案内人(準ソムリエ)**」取得者を対象に、上級資格「**星空案内人(星のソムリエ)**」を目指すためのサポート体制も計画中です。

積極的に星のソムリエを目指すもよし、宇宙のお話を気軽に楽しむだけでもよし、宇宙に興味さえあれば問題はありませぬ。みなさん独自のスタイルで、まずはご参加ください。

※講座の内容や資格要件をよくご理解のうえ、お申し込みください。



☆令和8年度 講義内容と日程

- 第1回 4月17日(金) 18:30～20:30
「さあ、はじめよう」(講義形式・必修科目)
- 第2回 4月24日(金) 18:30～20:30
「星座を見つけよう」(実技講習・選択科目)
- 第3回 5月8日(金) 18:30～20:30
「星空の文化に親しむ」(講義形式・選択科目)
- 第4回 5月15日(金) 18:30～20:30
「望遠鏡のしくみ」(講義形式・必修科目)
- 第5回 5月22日(金) 18:30～20:30
「望遠鏡を使ってみよう」(実技講習・選択科目)
- 第6回 5月29日(金) 18:30～20:30
「宇宙はどんな世界」(講義形式・選択科目)
- 第7回 6月5日(金) 18:30～20:30
「さまざまな天文現象」(講義形式・資格要件に含めず)
- 第8回 6月12日(金) 18:30～20:30
「**星空案内人の実際**」(実技講習・必修科目)

会場:ライフパーク倉敷 2階 科学センター研修室

対象:一般(高校生以上) 定員:24人

受講料:無料

テキスト代:1,738円(税込)

「星空案内人になろう!」柴田晋平 著 技術評論社

※すでにお持ちの方はテキスト代不要

☆お申し込み・お問い合わせ

電話で倉敷科学センター(086-454-0300)まで。

定員になり次第募集を締切。

☆星空案内人は2段階

※この講座では「**準案内人(準ソムリエ)**」を目指します。

星空案内人(準案内人)	最初のステップが「準案内人」。基礎となる勉強を終えたことを認定する段階です。
星空案内人	星空案内の実技試験も合格し、実際の星空案内などの活動がはじめられる段階です。星のソムリエです。

☆こんなことができるようになります。

- ・準案内人(準ソムリエ)資格が取得できる。
- ・観望会を企画し実施できる。
- ・星空観測のボランティア活動に参加できる。
- ・家族や友人に星空を語る。
- ・宇宙に関する教養を身につけることができる。

☆星空案内人(準ソムリエ)の資格要件

■必修科目

- 第1回「さあ、はじめよう」 講義形式 単位取得※
- 第4回「望遠鏡のしくみ」 講義形式 単位取得※
- 第8回「星空案内の実際」 実技講習 受講

■選択科目

- 第2回「星座を見つけよう」 実技講習
 - 第3回「星空の文化に親しむ」 講義形式
 - 第5回「望遠鏡を使ってみよう」 実技講習
 - 第6回「宇宙はどんな世界」 講義形式
- 3科目以上の受講

※講義形式の単位取得には、講座出席と単位認定レポートの合格が必要です。

※認定制度についての詳細は「**星空案内人資格認定制度**」のホームページをご覧ください。

教育センターからのお知らせ

～子育てについて語り合いませんか～

特別支援教育がテーマの座談会

「とらいあんぐる」

特別支援教育について自由に意見交換する場です。
保護者や教育・福祉の関係者等が参加し、障がいのあるお子様を
めぐる不安や悩みについて話し合います。

また、構造化や自立支援、進路に関する情報を提供したり、
障がいに関する書籍を紹介したりしています。

事前の
申し込みは
不要です。



不登校がテーマの座談会

「かけはし」

学校を休みがちなお子様の保護者や学校関係者が集まって、不登校
をめぐり不安や悩みについて話をしています。専門の先生を講師に
迎え、心がほっとしたり、明日からのエネルギーがわいたりする
ようなアドバイスをいただいています。

★★ 令和8年4月～6月の開催日 ★★

「とらいあんぐる」

開催場所：ライフパーク倉敷 2階 倉敷教育センター研修室

開催日：4月25日(土)、5月23日(土)、6月27日(土)

開催時間：9時30分～12時

「かけはし」

開催場所：ライフパーク倉敷 2階 倉敷教育センター研修室

開催日：4月11日(土)、4月25日(土)、5月9日(土)、5月23日(土)、
6月13日(土)、6月27日(土)

開催時間：14時～16時

※詳細につきましては、倉敷教育センターのホームページをご覧ください。

教育に関する相談

「最近学校に行きたがりません。」「友達同士のトラブルがよくあります。」など、お子様をめぐる
さまざまな心配ごとや悩みごとについて、一人で悩まないで、どうぞお気軽にお電話ください。

○一般の教育相談(電話・面談、面談は要予約)

- ・相談内容：子育て、就園・就学、不登校やいじめ、進路、障がいに関する事など
- ・相談日：毎週月曜日～土曜日(祝日を除く)の9時～12時、13時～16時

○臨床心理士による相談(面談のみ、要予約)

- ・相談内容：不登校や発達障がいに関する専門的な知識を必要とする相談
- ・相談日：毎週火曜日の9時～12時、13時～17時

お問い合わせは、倉敷教育センター TEL086-454-0400

講座名

《主催センター名》

講座内容

講座日程等

講座のお申し込み方法はP.14をご覧ください。
ご不明な点は、最終面の各主催センターまでお問い合わせください。

子どもシアター(映画)

《市民学習》

大きなスクリーンを通して、感じたままにおどろいたり笑ったりしながら、お子様を映画館デビューさせてみませんか？また来々となるような楽しめる映画を、季節ごとにたくさん取りそろえて皆さんのお越しをお待ちしています。

日 程／4月11日(土) ①10:30～、②14:00～

※各回同一内容を行います。

内 容／・よっちゃんの不思議なクレヨン

・シンデレラ

・なかまはずれのこうもり

・にじの鳥

受付方法／申込不要



倉敷科学センター 天文台公開

《科学》

天文台のみ公開するミニ観望会。

観測する主な天体：木星

日 程／4月11日(土) 20:00集合

対 象／一般(小学生以下は保護者同伴)

受講料／無 料

会 場／科学センター屋上・天体観測室

※悪天候時は中止。

受付方法／申込不要

科学実験教室

「カラフル 色々な科学」

《科学》

赤いりんごや青い空、緑の葉など、なじみ深い「色」は日常にあふれています。しかし、色は物質ではなく、脳の「感覚」なので、光が十分ないと、正しく感じたり見分けたりできず、脳がだまされてしまいます。そんな色の不思議を光や炎、水などの実験を通して、一緒に体験しましょう。

日 程／4月19日(日) 10:00～12:00

対 象／小学3年生～小学6年生(小学3年生は保護者同伴)

定 員／18人

受講料／200円

会 場／科学センター 実験実習室

締 切／4月5日(日)



くらしき市民講座

「旬の食材で地産地消☆
筍料理を作ろう!」

《市民学習》

地元岡山の食材を使った料理を作って、地域の食材の魅力や、食文化を学んでみませんか。

倉敷市真備町は、筍の産地として有名です。粘土質の土で育った筍は食感もおいしさも格別です。春を代表する味覚のひとつ、真備の筍を料理して、季節の味覚を味わいましょう。

講 師／真備町若竹生活交流グループ

日 程／4月23日(木) 10:00～13:00(全1回)

対 象／一般(15歳以上)

定 員／24人

材料費／900円

準備物／エプロン、三角巾(バンダナ)、上履き、お手ふき

締 切／4月9日(木)

連携先／倉敷市農林水産課



くらしき市民講座

「7か月からの 食べて、みがいて、
遊んじゃおう!(4月)」

《市民学習》

3人で参加しよう!1人が離乳食づくりをしている間に、もう1人は子どもと一緒に歯みがきのおはなしやふれあい遊び!一度で二度おいしい家族参加の教室です。

講 師／角南 明子・松井 和美(管理栄養士)

小林 洋子(歯科衛生士)

佐藤 久美(保育士)

日 程／4月25日(土) 10:00～11:30(全1回)

対 象／7か月～1歳ごろの乳児と保護者2人

定 員／15組

材料費／400円

準備物／調理実習：エプロン、三角巾(バンダナ)、

上履き、お手ふき

試 食：子ども用スプーンと皿、子ども用お茶、
大人用はし

締 切／4月11日(土)

申込方法／乳児の氏名、生年月日と保護者2人の氏名を
明記してください。

連携先／倉敷市保健所 健康づくり課

倉敷科学センター 天体観望会 《科学》

プラネタリウム解説なども織り交ぜながら、50センチ反射望遠鏡をはじめ、中小望遠鏡を利用して四季の星々や天体を観測します。
観測する主な天体：月、木星

日 程／4月25日(土) 19:00集合
対 象／一般(小学生以下は保護者同伴)
受講料／無 料
会 場／科学センター屋上・天体観測室
※悪天候時はプラネタリウムで解説のみ。
受付方法／申込不要

くらしき市民講座

「これから出産を迎える人のための パパママセミナー(4月)」《市民学習》

これからパパ・ママになるみなさんを対象に、妊娠中の過ごし方や親になる心構えなど、助産師さんのおはなしを聞いていただきます。
妊娠中期(16週)以降の方の受講がおススメです。

講 師／助産師
倉敷市保健所健康づくり課 保健師
日 程／4月26日(日) 10:00~12:15(全1回)
対 象／初めての出産を迎えるママとパパ
定 員／30組
受講料／無 料
締 切／4月12日(日)
申込方法／参加者2人の氏名と出産予定日を明記してください。
連携先／倉敷市保健所 健康づくり課

5

月開講

13講座

子どもシアター(映画)

《市民学習》

大きなスクリーンを通して、感じたままにおどろいたり笑ったりしながら、お子様を映画館デビューさせてみませんか?また来なくなるような楽しめる映画を、季節ごとにたくさん取りそろえて皆さんのお越しをお待ちしています。

日 程／5月9日(土) ①10:30~、②14:00~
※各回同一内容を行います。

内 容／ちから太郎
・くわす女房
・蛙になったばた餅
・むりどん
・小僧がま

受付方法／申込不要



倉敷科学センター 天文台公開 《科学》

天文台のみ公開するミニ観望会。
観測する主な天体：木星

日 程／5月9日(土) 20:00集合
対 象／一般(小学生以下は保護者同伴)
受講料／無 料
会 場／科学センター屋上・天体観測室
※悪天候時は中止。
受付方法／申込不要

春の遺跡見学会

笠岡市の遺跡を訪ねる

《埋蔵文化財》

古代備中国の南西端に位置する笠岡市の遺跡を見学します。その名を全国に知られた津雲貝塚や古墳時代中期(5世紀代)に前方後円墳、円墳、方墳が相次いで築かれた長福寺裏山古墳群、白鳳時代(7世紀後半)に創建された関戸廃寺など各時代のすぐれた文化財がこの地域にあります。見学路も整備されたこれらの史跡をめぐり、当地域の魅力あふれる古代文化に触れてみましょう。

講 師／埋蔵文化財センター 職員
日 程／5月10日(日) 9:00~16:30(雨天決行)
※埋蔵文化財センターまたはJR倉敷駅に集合し、貸切バスで移動します。

対 象／一 般
定 員／30人
参加費／4,000円程度
締 切／4月26日(日)



津雲貝塚出土の土器

くらしき市民講座

「どんな最期を迎えたいかを考える人生会議 ~アドバンスケアプランニング~」《市民学習》

命の危険が迫った状態になると、約7割の人が医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。「人生会議」は、将来自分や家族の体の具合が悪くなった時に、受けたいまたは受けたくない医療・療養について、家族や医療介護関係者と繰り返し話し合い、共有する取り組みです。

この講座では、縁起でもないと言われるのではなく、人生会議の大切さを知り、話し合いのきっかけづくりのためのワークショップを行います。
※個別相談には応じられません。

講 師／中村 幸伸
(医療法人つばさ つばさクリニック 理事長、医師)
倉敷市健康長寿課 地域包括ケア推進室 職員
日 程／5月10日(日) 9:30~12:00(全1回)
対 象／一般(中学生以上)
定 員／30人
受講料／無 料
締 切／4月26日(日)
連携先／倉敷市健康長寿課 地域包括ケア推進室



※ 締切後でも、定員に満たない場合は、受講できる講座もあります。各センターへお問い合わせください。 ※

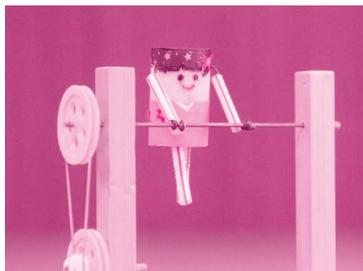
科学工作教室

「グルグル回転 鉄棒大車輪人形」

《科学》

電気の力でモーターを回転させられます。しかし、電池1つ分ではとても弱いので、回転を輪ゴムやプーリーを使って上手に伝えることで、小さな力が大きく働く鉄棒人形が完成します。金メダルの演技を工作で再現しましょう。

日 程／5月17日(日) 10:00~12:00
対 象／小学3年生~小学6年生(小学3年生は保護者同伴)
定 員／12人
受講料／500円
会 場／科学センター 実験実習室
締 切／5月1日(金)



くらしき市民講座

「これから出産を迎える人のための パパママセミナー(5月)」

《市民学習》

これからパパ・ママになるみなさんを対象に、妊娠中の過ごし方や親になる心構えなど、助産師さんのお話を聞いていただきます。妊娠中期(16週)以降の方の受講がおすすめです。

講 師／助産師
倉敷市保健所健康づくり課 保健師
日 程／5月17日(日) 10:00~12:15(全1回)
対 象／初めての出産を迎えるママとパパ
定 員／30組
受講料／無 料
締 切／5月3日(日・祝)
申込方法／参加者2人の氏名と出産予定日を明記してください。
連携先／倉敷市保健所 健康づくり課

色彩心理学を暮らしに活かそう

《市民学習》

私たちの暮らしの中にある色が、人の心や行動に与える効果についてご存じですか？

色には、服装やインテリアに取り入れることで、気分を上げたり、落ち着かせたりする効果があり、また、どんな色を選ぶかで自分の心の状態を知るヒントにもなります。

色に関する知識を深め、色の持つ効果を日々の暮らしに活かしてみませんか？

講 師／小川 智子(色彩心理カウンセラー)
日 程／木曜日 13:30~15:00(全2回)
5/21「生活の中に見つける色の効果」
5/28「色彩心理体験で自分を知ろう」

対 象／一般(15歳以上)
定 員／20人
受講料／400円
締 切／5月8日(金)



くらしき市民講座

「水害への備え 我が家の防災行動計画☆ マイ・タイムラインを考えよう!」

《市民学習》

マイ・タイムラインとは、台風や大雨による水害、災害等に備えるため、自分の住んでいる場所や家族の状況などを考え、災害が起きる前に「いつ」「誰が」「何をやるのか」を時系列でまとめた自分自身の防災計画のことです。

いざという時のために、我が家のタイムラインを実際に作ってみましょう!初めての方にも分かりやすい内容です。

講 師／くらしき防災士の会
日 程／5月23日(土) 10:00~12:00(全1回)
対 象／一般(中学生以上)
定 員／30人
受講料／無 料
締 切／5月9日(土)
連携先／倉敷市地域防災推進課



倉敷科学センター 天体観望会

《科学》

プラネタリウム解説なども織り交ぜながら、50センチ反射望遠鏡をはじめ、中小望遠鏡を利用して四季の星々や天体を観測します。

観測する主な天体:月、木星

日 程／5月23日(土) 19:00集合
対 象／一般(小学生以下は保護者同伴)
受講料／無 料
会 場／科学センター屋上・天体観測室
※悪天候時はプラネタリウムで解説のみ。
受付方法／申込不要

※申し込みは締切日必着です。申し込み方法は14ページにあります。※

くらしき市民講座

「シニア世代向け 失敗しない ひざの痛みの予防と付き合い方」《市民学習》

50代を過ぎると、ひざの痛みに悩む方が増えてきます。また、ひざの痛みに対する対処法として、サプリメント、再生医療、サポーター、ストレッチ、運動トレーニング、健康器具などちまたには多くの情報があふれかえっています。

この講座では、ひざに不安を感じる方や、予防をしたい方を対象に、10,000件以上の手術経験を持つ整形外科医から、失敗しないひざの痛みの予防と付き合い方についてお話します。

※個別の相談には応じられません。

講師／川口 洋

(倉敷中央病院リバーサイド 整形外科 医師)

日程／5月28日(木) 10:00～11:30(全1回)

対象／一般(概ね50歳以上)

定員／40人

受講料／無料

締切／5月14日(木)

連携先／倉敷市保健所 健康づくり課



くらしき市民講座

「心地よい人間関係の築き方 ～バウンダリーから学ぶ パートナーシップとは～」《市民学習》

気を遣いすぎてしまう、つい相手に合わせすぎてしまう…。そんな“気疲れ”から自由になるためには、どのような考え方が必要なのでしょう。

この講座では「心理学」の観点から、自分と相手の心の境界線(バウンダリー)を学び、無理のないパートナーシップや人間関係を築く力を深めます。心が軽くなる関わり方を、この機会と一緒に学んでみましょう。

講師／若森 孝彰

(吉備国際大学 人間科学部 講師、公認心理師)

日程／5月30日(土) 14:00～15:30(全1回)

対象／一般(中学生以上)

定員／25人

受講料／無料

締切／5月16日(土)

連携先／倉敷市男女共同参画課



プラネタリウム特別放映

爆笑!星兄(ほしにい) プラネタリウムショー in 倉敷 《科学》

全国のプラネタリウムで話題沸騰中の“星兄(ほしにい)”をゲストにお招きした爆笑星座解説を開催!プラネタリウムの常識を覆す「爆笑」星座解説ショーをお楽しみください。

※爆笑星座解説とは…

「静かに観て、聴く」という従来のプラネタリウム鑑賞のイメージを覆す星兄の星座解説。独自の視点で語られるユーモアたっぷりの星座解説は、子どもから大人までお楽しみいただけます。

出演／星兄(田端 英樹)

日程／5月30日(土)

【A日程】17:45～18:45 開場17:15～

【B日程】19:30～20:30 開場19:00～

※申し込み時にA日程かB日程のどちらかをお伝えください。

対象／小学生以上(小学生は保護者同伴)

定員／160人

観覧料／大人500円、高校生350円、小学生・中学生250円

会場／科学センター プラネタリウム

申込方法／電話で倉敷科学センター(086-454-0300)まで。

各回定員になり次第募集を締切。

●星兄 プロフィール

1963年5月21日、滋賀県生まれ。1986年、ラフォーレ琵琶湖にホテルスタッフとして入社後、1986年から「デジタルスタードームほたる」にて星座解説を始める。笑いを交えた解説が話題となり全国各地のプラネタリウム出張公演や、イベント出演、多数のミュージシャンから爆笑星座解説は絶大な支持を受け、プラネタリウムでのコラボレーションを行い、活動の幅を広げる。2015年からは、日本一の星空、長野県阿智村で開催されている天空の楽園 日本一の星空ナイトツアーに、イベントゲストとして出演。2016年には活動30周年を迎え、全国のプラネタリウムをめぐる「星のお兄さん47都道府県出張爆笑星座解説ツアー」を開催。現在は、日本一の星空「長野県阿智村」を拠点に活動中。



※締切後でも、定員に満たない場合は、受講できる講座もあります。各センターへお問い合わせください。 ※

くらしき市民講座

「はじめてみよう! 託児ボランティア」 《市民学習》

ボランティア活動は、地域や人のためになることはもちろん、活動する人もやりがいや幸福度アップなど、良い影響がたくさんあります。

この講座では、1歳から未就学の子どもに応じた接し方や見守りのポイントなど、託児における基礎知識を学びます。「子どもと関わるのが好き」「ボランティア活動をしてみたい」そんな思いを託児ボランティアで形にしてみませんか?

日 程／日曜日 10:00～11:30(全2回)
5/31「子どもの特徴について知ろう」
眞次 浩司
(倉敷市立短期大学 保育学科 教授)
6/7「接し方や遊びについて知ろう」
浅野 泰昌
(倉敷市立短期大学 保育学科 准教授)

対 象／一般(15歳以上)
定 員／20人
受講料／無 料
締 切／5月17日(日)
連携先／倉敷市社会福祉協議会 倉敷ボランティアセンター

6

月開講

13講座

くらしき市民講座

「春の味覚を味わう☆ 旬の野菜を活かした料理作り」 《市民学習》

旬の野菜は柔らかく、うま味を豊かに感じられたり、他の季節と比べて栄養素が高くなったりするなどの特徴があります。

この講座では、旬の野菜を活かしたメニューを調理実習を交えながらご紹介します。彩り豊かな旬の野菜料理を美味しく作って食べましょう!

講 師／小坂 久恵(料理教室 講師)
日 程／6月5日(金) 10:00～13:00(全1回)
対 象／一般(15歳以上)
定 員／24人
材料費／1,500円程度
準備物／エプロン、三角巾(バンダナ)、上履き、お手ふき
締 切／5月22日(金)
連携先／倉敷市農林水産課



※写真はイメージです。

くらしき市民講座

「知らないと損する! ネットショッピングに潜む 『ダークパターン』」 《市民学習》

ネット通販で意図せず購入してしまった、「無料お試し」の为抓手が自動更新で請求された——これらは「ダークパターン」と呼ばれる、消費者心理を利用した誘導デザインが原因です。

この講座では、日常的に遭遇する可能性のある具体例を紹介し、その背景にある心理メカニズムと対処法を学びます。明日から使える実践的な知識で、トラブルを未然に防ぎましょう。

講 師／熊代 和樹(岡山商科大学 経済学部 准教授)
日 程／6月6日(土) 14:00～15:30(全1回)
対 象／一般(中学生以上)
定 員／30人
受講料／無 料
締 切／5月23日(土)
連携先／倉敷市消費生活センター



6月7日 特別企画

**「ランチタイムコンサート
～アンデスの大地に想いを馳せて～」**
を開催します。
詳しくは、P.2をご覧ください。

くらしき市民講座

**「いびきの正体を知ろう!
～睡眠と健康～」** 《市民学習》

いびきの原因を知ることは、質の良い睡眠と健康への第一歩です。
この講座では、いびき発生のメカニズム、睡眠時無呼吸症候群との
関連、健康リスク、起床時の疲れなど、日常で現れやすいサインにも触
れ、予防と改善のポイントをご紹介します。自分や家族の睡眠を見直し
たい方、この機会に正しい知識を身につけ、より良い睡眠環境づくり
に役立てましょう。

講師／原 浩貴
(川崎医科大学 耳鼻咽喉・頭頸部外科 主任教授)
日程／6月10日(水) 10:00～11:30(全1回)
対象／一般(15歳以上)
定員／40人
受講料／無料
締切／5月27日(水)
連携先／倉敷市保健所 健康づくり課



くらしき市民講座

**「見えにくさのサインを見逃さない
～今日から始めるアイフレイル対策～」** 《市民学習》

最近「見えにくい」「まぶしい」「かすむ」と感じることはありませんか?年齢のせいと思いがちですが、見え方の変化には理由が隠れていることがあります。気づかずにいると日常の不便が増え、外出がおっくうになることもあります。

この講座では、「アイフレイルとは何か」を、わかりやすくお話しします。そして、「見え方の変化のサイン」に気づくポイントを整理し、無理なく始められる「アイフレイル対策」をご紹介します。

※個別相談には応じられません。

講師／米田 剛
(川崎医療福祉大学 視能療法学科 准教授)
日程／6月12日(金) 14:00～15:30(全1回)
対象／一般(15歳以上)
定員／30人
受講料／無料
締切／5月29日(金)
連携先／倉敷市保健所 健康づくり課



6月13日 特別企画

「子どもシアター(人形劇)」
を開催します。
詳しくは、P.2をご覧ください。

※ 締切後でも、定員に満たない場合は、受講できる講座もあります。各センターへお問い合わせください。 ※

倉敷科学センター 天体観望会 《科学》

プラネタリウム解説なども織り交ぜながら、50センチ反射望遠鏡をはじめ、中小望遠鏡を利用して四季の星々や天体を観測します。

観測する主な天体:木星、金星

日 程/6月13日(土) 19:00集合

対 象/一般(小学生以下は保護者同伴)

受講料/無 料

会 場/科学センター屋上・天体観測室

※悪天候時はプラネタリウムで解説のみ。

受付方法/申込不要

サンデー倶楽部

「スイーツバスボムを作ってみよう♪」《市民学習》

まるでスイーツのように可愛いバスボム(入浴剤)を手作りしてみませんか?

作り方は簡単!重曹とクエン酸を混ぜて色付けし、少ししめらせた後しっかり固めます。あとは可愛くデコレーションすれば完成。まるで“お菓子作り”や“実験”をしているようなワクワク感を味わえます。初めての方大歓迎です!

講 師/前田 早弥

日 程/6月14日(日)

①10:00~12:00、②13:00~15:00

※各回同一内容を行います。

対 象/一般(小学生以下は保護者同伴)

定 員/各回20人

材料費/800円

受付方法/当日受付(先着順)

※受付は、①10:00~、②13:00~です。

定員になり次第終了させていただきます。



※写真はイメージです。

くらしき市民講座

「今日から使いこなす スマホ基礎講座(6月)」 《市民学習》

スマホデビューをした方やスマホを上手く使いこなせていない方を対象に、知識や用語、文字入力や電話のかけ方など基本操作についてゆっくりじっくり学ぶ講座です。まずは正しい操作方法を身につけ「わからない」をゼロにしましょう!皆さまのお申し込みお待ちしております。

講 師/谷 亜紀(パソコン講師)

日 程/6月19日(金)

【1班】13:00~14:30

【2班】15:00~16:30

※いずれも全1回。各回同一内容を行います。

対 象/スマートフォンをお持ちの方

定 員/各回10人

受講料/無 料

準備物/スマートフォン

締 切/6月5日(金)

申込方法/電子申請の場合は、1班か2班をお選びください。

はがきの場合は、1班か2班のどちらかを明記してください。

連携先/倉敷市デジタルガバメント推進室



くらしき市民講座

「7か月からの 食べて、みがいて、遊んじゃおう! (6月)」《市民学習》

3人で参加しよう!1人が離乳食づくりをしている間に、もう1人は子どもと一緒に歯みがきのおはなしやふれあい遊び!一度で二度おいしい家族参加の教室です。

講師/角南 明子・松井 和美(管理栄養士)
小林 洋子(歯科衛生士)
佐藤 久美(保育士)

日程/6月20日(土) 10:00~11:30(全1回)

対象/7か月~1歳ごろの乳児と保護者2人

定員/15組

材料費/400円

準備物/調理実習:エプロン、三角巾(バンダナ)、
上履き、お手ふき

試食:子ども用スプーンと皿、子ども用お茶、
大人用はし

締切/6月6日(土)

申込方法/乳児の氏名、生年月日と保護者2人の氏名を
明記してください。

連携先/倉敷市保健所 健康づくり課

くらしき市民講座

「暮らしに役立つ スマホのLINE 活用術(6月)」《市民学習》

「LINEを使ったことがない」「うまく使いこなせていない」などでお悩みではありませんか?

この講座では、トークや友だち追加、写真の保存方法など学んで得するLINEの活用術についてご紹介します。LINEを使いこなし、ご家族やお友だちとのコミュニケーションの幅を広げましょう!

講師/谷 亜紀(パソコン講師)

日程/6月26日(金)

【1班】13:00~14:30

【2班】15:00~16:30

※いずれも全1回。各回同一内容を行います。

対象/スマートフォンをお持ちの方

定員/各回10人

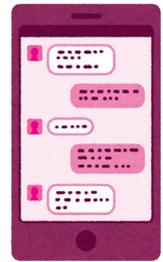
受講料/無料

準備物/スマートフォン

締切/6月12日(金)

申込方法/電子申請の場合は、1班か2班をお選びください。
はがきの場合は、1班か2班のどちらかを明記してください。

連携先/倉敷市デジタルガバメント推進室



くらしき市民講座

「これから出産を迎える人のための パパママセミナー(6月)」《市民学習》

これからパパ・ママになるみなさんを対象に、妊娠中の過ごし方や親になる心構えなど、助産師さんのお話を聞いていただきます。妊娠中期(16週)以降の方の受講がおすすめです。

講師/助産師
倉敷市保健所健康づくり課 保健師

日程/6月21日(日) 10:00~12:15(全1回)

対象/初めての出産を迎えるママとパパ

定員/30組

受講料/無料

締切/6月7日(日)

申込方法/参加者2人の氏名と出産予定日を明記してください。

連携先/倉敷市保健所 健康づくり課

くらしき市民講座

「赤ちゃんを迎えたら♪ パパ・ママのための 子育てステップアップ講座(6月)」《市民学習》

初めての子育ては分からないことだらけ。「どうして泣きやまないのだろうか?」「順調に成長しているのかな?」「離乳食をこれからどのように始めたら良いのかな?」と不安に思うことはありませんか?

この講座では、子育てに大切な基礎知識や赤ちゃんとの生活に役立つヒントを楽しく学びます。ホッと笑顔になれる時間を一緒に過ごしませんか?パパ・ママお二人での参加も大歓迎です。

講師/助産師

日程/6月28日(日) 10:00~11:30(全1回)

対象/生後2か月~6か月までの乳児と保護者

定員/8組

受講料/無料

締切/6月14日(日)

申込方法/参加者の氏名と乳児の生年月日を明記してください。

連携先/倉敷市保健所 健康づくり課



※ 締切後でも、定員に満たない場合は、受講できる講座もあります。各センターへお問い合わせください。 ※

講座の申込方法

- ◇対象：倉敷市に在住・在学・在勤の方 ※申込者ご本人のみ受講できます。
- ◇定員：申込者数が定員を超えた場合は、抽選となります。
※定員に達しない場合は、ホームページなどで追加募集をお知らせします。
- ◇受講料：講座により受講料及び材料費などが必要です。欠席時の返金はありません。
- ◇お申し込み：次の3つのうち、いずれかの方法で各主催センターへお申し込みください。

(1) 倉敷市電子申請サービス(インターネット)の場合

- ・インターネットからお申し込みできます。講座によっては、利用者登録が必要です。利用者登録には、パソコンからのメールを受け取れるメールアドレスが必要です。
- ・倉敷市電子申請サービスURL

<https://apply.e-tumo.jp/city-kurashiki-okayama-u/>

倉敷市電子申請サービス▶



※抽選結果はメールにてお知らせします。

※申込手続きの完了後、受付完了メールが送付されます。

パソコン、携帯電話の迷惑メール対策の設定によっては、メールが届かないことがあります。

[city-kurashiki@apply.e-tumo.jp] と [@city.kurashiki.okayama.jp] からのメールが届くように設定してください。

(2) 往復ハガキの場合 ※締切日必着

- ・往復ハガキに①～⑧の必要事項を記入の上、お申し込みください。
- ・ハガキ1枚につき1講座、6人までお申し込みできます。
お子様と保護者の方、ご友人同士など、複数人でお申し込みの場合は、申込者全員の必要事項②～⑥をご記入ください。
※抽選結果は、ハガキにてお知らせします。

(3) ライフパーク倉敷へお越しの場合 ※締切日まで受付

- ・受付に申し込み用ハガキを用意しております。(2)同様、必要事項を記入の上、返信用の85円切手を添えてお申し込みください。
※抽選結果は、ハガキにてお知らせします。

◆ 往復ハガキ記入例 ◆

<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">85</div> 往信	〒712-8046 倉敷市福田町古新田 ライフパーク倉敷 ○○センター行 940	記入不要 <返信の裏>	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">85</div> 返信	〒XXX-XXXX ⑦ 申込代表者の住所 ⑧ 申込代表者氏名	①講座名 ②郵便番号、住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号 ⑤年齢(学年) ⑥市外在住の場合は 市内在学・在勤を明記 ※6人まで連記可 複数名でお申込みの場合は、 申込者全員の②～⑥を記入 <往信の裏>
-------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------	--------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

図書室伝言板 4月～6月

図書室の行事

行事名	日時	対象	内容	申込
おはなしタイム	火曜～金曜 10:30～10:45 土曜・日曜・祝日 14:30～14:45 (ほかの行事がある時は、お休み)	どなたでも	絵本の読み聞かせです。	申込不要
おはなしタイム0. 1. 2.	第1木曜 10:30～10:50 4/2、6/4	0～2歳児と 保護者	0～2歳児を対象にした絵本の読み聞かせ、 紙芝居や手遊びをします。	申込不要
ちょこっとおりがみタイム	毎週土曜 10:30～11:00	どなたでも	子どもが楽しめるやさしいおりがみをいたします。	申込不要
おはなしとんとん	第2金曜 10:30～11:00 4/10、5/8、6/12	乳幼児	ボランティア「おはなしとんとん」による おはなし会です。	申込不要
もくもくのおはなし	第3水曜 11:00～11:30 4/15、5/20、6/17	どなたでも	絵本のよみきかせや紙芝居のおはなし会です。	申込不要
ストーリーテリングの会	第3土曜 14:30～15:00 4/18、5/16、6/20	どなたでも	童話・昔話をストーリーテリングの ボランティアの語りで楽しむ会です。	申込不要
《こどもの読書週間行事》 みんなでぬろう！ こいのぼり	5/1 (金)～5/6 (水・祝)	どなたでも	こいのぼりの塗り絵に色をぬって カウンターにもってきてね。5/28 (木) まで こどもしつで掲示します。	申込不要
あまつばたり 押し本のしずく	6/2 (火)～6/14 (日)	どなたでも	おすすめの本(押し本)を書いて カウンターに持ってきてね。6/19 (金) まで こどもしつで展示します。	申込不要
たなばた おねがいコーナー	6/20 (土)～7/7 (火)	どなたでも	短冊に願いごとを書いてかざりましょう。	申込不要

《こどもの読書週間行事》 こどもの本クイズ

ヒントの絵本をよんで、
クイズにこたえてね。
こたえがかけたら、カウンターで
こたえあわせをするよ。

- 日時 4月18日(土)から
5月12日(火)
- 対象 どなたでも
- 参加景品があります
- 申込不要



ちょこっとおりがみタイム スペシャル〈春の花〉

おりがみで春の花をつくります。

- 日時 5月2日(土)
10:30～11:30
- 対象 子ども
(小学3年生以下は保護者同伴で、
はさみが使えること。)
- 定員 1回4人まで(入れ替え制)

★ お問い合わせは、ライフパーク倉敷図書室 TEL086-454-0015 ★

《ライフパーク倉敷のご案内》

施設	開館時間	電話	休館日	
市民学習センター ・事務室	火曜日～土曜日 9:00～21:00 日曜日・祝日 9:00～17:15	086-454-0011	毎週 月曜日	年末／年始 (12/28から) 1/4まで
市民学習センター ・図書室	火曜日～土曜日 10:00～18:00 (木曜日は19:00まで) 日曜日・祝日 9:00～17:15	086-454-0015	月曜日が祝日に 当たる場合は、 その次の平日が 休館。 図書室のみ、 毎月最終金曜日 は休館。 (ただし、8月と 12月は開館)	
科学センター 埋蔵文化財センター	火曜日～日曜日・祝日 9:00～17:15	086-454-0300 086-454-0600		
教育センター	月曜日～土曜日 9:00～17:15 月曜日に入館される場合は ご連絡ください。	086-454-0400	毎週 日曜日	国民の祝日 年末／年始 (12/28から) 1/4まで

ライフパーク倉敷へのアクセス

◇車でお越しの場合◇

- ☆国道2号線 笹沖交差点から車で15分
(古城池トンネルを抜けて最初の信号を左折)
- ☆瀬戸中央自動車道 水島I.C.から車で15分
(広江一丁目交差点を右折後、最初の信号を右折)
- ☆JR倉敷駅からタクシーで25分

◇バスでお越しの場合◇

- ①下電バス(塩生線)…倉敷駅5番のりば・児島駅1番のりば
ライフパーク倉敷西入口下車、徒歩20分
 - ②下電バス(古城池線)…倉敷駅5番のりば・児島駅1番のりば
ライフパーク倉敷入口下車、徒歩1分
 - ③両備バス(吉岡線)…倉敷駅3番のりば
二福小古城池高前下車、徒歩20分
- ※時刻などは各バス会社へお問い合わせください。



ライフパークカレンダー ライフパーク休館日 ○…図書室休館日 プラネタリウム・全天周映画臨時休演日

4月 (APRIL)							5月 (MAY)							6月 (JUNE)						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4						1	2	1	2	3	4	5	6	
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30				
							31													