

パソコン教室

共催：ITボランティアグループ 岡南ネットサロン

月	日	内容	経費	申し込み開始
2月	2, 9日(金)	デジカメ、スマホからのデータ取り込み	参加費500円+テキスト代	1/9(火) 9:30~
	16,3/1日(金)	フォトフィルターの使い方	参加費500円+テキスト代	
3月	8,15(金)	Excel 基礎・住所録と応用	参加費500円+テキスト代	2/12(月) 9:30~
	22,29(金)	PCメンテナンス・アップデート	参加費500円+テキスト代	

【時間】13:30~15:30

【定員】13人

【申込先】岡南公民館（電話可）

【持参物】USBメモリー、持参可能な方はパソコン（Windows10以降）

※経費は講習初日に公民館事務所でお支払いください。

※パソコン教室はWindows10・MicrosoftOffice2016を基準にしています。

ITボランティア募集

岡南ネットサロンでは、スタッフを募集しています。詳細は公民館へお問い合わせください。



パソコンフリー教室

【日 時】パソコン教室がある日の16:00~18:00（入室は17:00まで）
 【参加費】無料
 【持参物】パソコン（公民館のパソコンは貸出不可）
 【申 込】必要（それぞれパソコン教室の申し込み開始日と同じ）

公民館での「資源化物回収」について

3月1日以降、公民館での「トレイの回収」は中止します。

尚、ピン・缶・蛍光管の回収は、公民館で従来通り、実施します。

●3月からの「トレイ」の出し方

- 排出場所：町内の可燃・不燃ごみステーション
- 排出日：プラスチック資源の日（週1回）
- 排出方法：透明又は半透明の袋に入れて排出



～防災出前講座～

南海トラフ巨大地震が、すぐそこに迫っています！

昨年に引き続き、今年度も「南海トラフ巨大地震が、すぐそこに迫っています！」をテーマの防災出前講座を行います。ご説明は①ご要望の場所に伺います。②映像を交えて、約1時間程度のご説明です。5名以上の方がお集まりの際に、ご説明をさせていただきますので、ぜひご検討下さい。

★出前講座お申込み先：岡南公民館の曾根（そね）までお願いします。☎(086)262-3483



～防災出前講座 第2弾～

大雨災害から命とくらしを守るために！

今年度は、「大雨災害から命とくらしを守るために！」をテーマの防災出前講座 第2弾を新たに追加しました。ご説明は①ご要望の場所に伺います。②約1時間程度のご説明です。5名以上の方がお集まりの際に、ご説明をさせていただきますので、ぜひご検討下さい。

★出前講座お申込み先：岡南公民館の曾根（そね）までお願いします。☎(086)262-3483



岡南公民館だより

2024年（令和6年）1月1日
発行：岡山市立岡南公民館
〒702-8047 岡山市南区若葉町22-16
Tel & Fax (086)262-3483

ホームページ <http://www.city.okayama.jp/shisei/0000010973.html>
Eメール kounankouminkan@city.okayama.lg.jp
フェイスブック <https://www.facebook.com/KounanKouminkan>

ホームページ
はこちら
から⇒



フェイスブック
はこちら
から⇒



謹賀新年



本年も、どうぞよろしくお祈りします。
年始は1月5日（金）より開館いたします。



岡南公民館 職員一同

令和6年度

クラブ講座運営説明会

クラブ講座は受講生が企画、運営します。活動を通じて文化的教養を高めることはもちろん、地域全体の文化の向上やまちづくりの進展、福祉の増進に寄与することを目指しています。

令和6年度、新設・継続を希望するクラブ講座の代表者は、出席をお願いします。

日時：

令和6年3月9日（土）

10:00~12:00



季節の寄せ植えづくり

個性が映える寄せ植え。プリムラ、ランタナ、ピオラなど春の草花を使った寄せ植えです。花の管理方法も学べます。

【日 時】3月12日（火）13:30~15:00

【講 師】岡山市公園協会職員

【材料代】1500円

【定 員】15名（先着）

※受講生が少ない場合は、中止させていただくこともありますので、ご了承ください。

【持参品】筆記用具、ビニール手袋、持ち帰り用袋

【申 込】2月27日（火）までに材料代を添えて岡南公民館窓口まで



子どもに起こりやすい事故の手当てや予防などを学ぼう

【日 時】1月16日（火）10:00~11:30

【講 師】日本赤十字社岡山県支部

【受講料】無料

【対 象】主に乳幼児の保護者（子どもを連れて受講できます）

【定 員】20人（先着）

【持参品】筆記用具

【申 込】1月9日（火）までに公民館まで（電話可）



現在、岡南公民館では、ごみ減量・リサイクルガイド「ど〜すりゃ〜ええ？」を配布中です。ぜひ、ご活用ください。

公民館の小さな映画会

日時	作品	
1/27(土)	ガス燈 (114分)	1944年/ アメリカ
2/24(土)	狐の呉れた赤ん坊 (85分)	1945年/ 日本

※ 開場:13:00~ 上映:13:30~
【参加費】 無料 【申込】 不要



ゆったりすとカフェ



~さてと そろそろ 出かけてみよう
一人で行こうか 誘おうか...~
スタッフが当日に自家焙煎するこだわりのコーヒー。
公民館の映画会と同日開催です。

【日時】 1月27日、2月24日
いずれも土曜日 13:30~16:00
(L.O.15:45)

【費用】 コーヒー100円

ふくなん介護者サロン

共催：南区南地域包括支援センター・岡南公民館
介護の合間の気分転換に一緒にお話ししませんか。

【日時】 1月11日、2月8日
いずれも木曜日 13:00~15:30

【対象】 介護をされている方・
介護経験がある方

【参加費】 100円/回(茶菓子代)
【申込】 不要

※ 初参加の人は、無料です。



みんな楽笑！福南元気塾

共催：岡山市ふれあい介護予防センター・岡南公民館

~ からだが動くと ところが弾むみんなで作る元気の輪 ~

日時	テーマ	受付開始	
1月25日(木) 13:30~15:30	後ろ姿を若々しく！体幹トレーニングで猫背改善	1/11(木)	9:30~
2月22日(木) 13:30~15:30	よい咀嚼から始まるフレイル予防	2/10(土)	

【対象】 概ね65歳以上の人
【定員】 各回37人(先着順)
【申込】 岡南公民館へ(電話可)

【参加費】 無料
【持参品】 筆記用具、飲み物



※検温と体調確認の結果によっては、参加を控えていただく場合がございます。
※講座内容の詳細は介護予防センター (tel 230-0315) へ

身体の中からきれいになれる

かんたんエコレシビ[®]

【日時】 3月14日(木) 10:00~13:00
【講師】 赤松佐知子さん

(ホリスティックヘルスコンサルタント
ナチュラルフード・コーディネーター、栄養士)



【受講料】 無料
【材料代】 750円
【定員】 12人(先着)
【託児】 子ども一人につき300円(要事前予約)
【持参品】 エプロン、三角巾、手ふき、
食器用ふきん、タッパー、筆記用具
【申込】 2月27日(火)までに材料代を添えて
岡南公民館窓口まで

学習サポート室

得意な科目も、苦手な科目も。
みんなの自習を応援します。



【日時】 1月6日、20日、
2月3日、17日、
いずれも土曜日 10:00~12:00

【講師】 地域の大人、大学生ボランティア
【受講料】 無料
【定員】 各回20人(先着)
【持参品】 宿題、勉強する教科書やドリルなど、
筆記用具
【申込】 公民館窓口まで(電話可)

教科書と副教材が必要です

ご自宅で使わなくなった小中学校の教科書・
副教材がありましたら、公民館へ寄贈してくだ
さい。ご協力をお願いします。

ほっぺ文庫



季節にちなんだ絵本の読み聞かせ、面白い手遊
び、ちいさなお子さんでも楽しめる簡単な工作を
して過ごします。



ぜひご参加ください。
【日時】 1月27日、2月24日
いずれも土曜日 10:00~11:30

【参加費】 無料
【申込】 不要
【対象】 乳幼児から小学校低学年くらいのお
子さん

手前みそを作ろう

我が家で作るみそのおいしさは、格別です。

【日時】 2月6日(火) 10:00~13:00
【受講料】 無料



【材料代】 1,500円程度
【定員】 20人(先着)
【持参品】 煮大豆と煮汁、みそを入れる容器
エプロン、タオル、ふきん3枚、
三角巾、筆記用具
【申込】 1月15日(月)~1月26日(金)
岡南公民館まで(電話可)

◎次の期間に、公民館まで大豆とみそづくりの
説明書を受け取りにお越しください。
2月1日(木)~2月3日(土)

親子で楽しむ科学実験シリーズ 第4回「電気のヒ・ミ・ツツ」 科学教室~電気のナゾを解き明 かそう~



【日時】 1月13日(土)
10:00~11:30
【講師】 岡山理科大学科学ボランティア
センタースタッフ
【対象】 小学生とその保護者
【定員】 15組(先着順)
【費用】 ひとり200円(工作材料費)
【持ち物】 特になし
【申込】 公民館窓口まで(電話可)

子育てほっとるーむ

遊びとおしゃべりの場所。ふくなん子育て応
援隊の手遊びや絵本の読み聞かせもあります。
お友達づくり場所としてもご利用ください。
【日時】 1月22日、29日
2月5日、12日、19日、26日
いずれも月曜日 10:00~12:00

※1月29日は部屋は開放していますが、
スタッフはいません。



【参加費】 無料
【申込】 不要

学習意欲で健康寿命を延ばしましょう

令和6年 長寿教室

令和6年は2月20日より開講

講座生募集

- ・講座は2月~12月(毎月1回)開催
- ・講座登録(無料)・参加費(無料)
- ・対象:概ね65歳以上
- ・定員:80名程度

「長寿教室」に関する申込み方法 及び年間講座スケジュールは公民館ロビーのチラシをご覧ください

2月・3月の講座案内 参加費無料

講座登録(無料)をすれば、いつでも受講できます

第1回 2月20日(火) 10:00~12:00

岡山市消防局による **出前講座**
今こそ、住宅火災について考えよう

第2回 3月19日(火) 10:00~12:00

RSK元アナウンサー・井上いつのり
爆笑講演 わが人生に定年なし