

プラザ旭東だより

つどい

令和7年 9月 1日

第86号

岡山市福祉交流プラザ旭東

岡山市中区網浜837-4

電話・FAX 273-4280

plazakyokutou@city.okayama.lg.jp

第21回プラザまつり旭東

共催：旭東児童センター

10月10日(金)午前10時～午後3時

★作品展示 2階大会議室

★お茶会 午前10時から12時30分 先着30人(参加費：無料 要予約)

【開始時間(予定)】①10時 ②10時45分 ③11時30分

10月11日(土)午前10時～午後3時

★作品展示 2階大会議室

※展示をご覧になった後、参加賞を2階大会議室前でお渡しします。(要予約・先着100人)

★ポップコーン・綿菓子・スーパーボールすくい・工作などなど(午前10時～正午)

(一人各1個)

(要予約)

※数量限定の企画があります。

★福祉の店の出店、花苗・果物販売(午前10時～午後1時)(有料)

◎予約が必要なものにつきましては、来館もしくはお電話でお申込み下さい。



作品展示・出展者募集

絵画・手芸などジャンルは問いません。
趣味の作品を展示してみませんか？

■来館、又はお電話でお申し込み下さい。

■申込受付期間は、9月8日(月)～9月24日(水)です。

■作品の持ち込みは、10月3日(金)～10月8日(水)の期間にお願いします。

■準備・片付けの為、10月3日(金)～10月13日(月)の期間は貸室等ご利用になれません。

※ 毎週火曜日は休館日となっております。



楽しい催しが
いっぱい!!



昨年の10月に旭東学区連合町内会を
長年けん引された細川会長から引き継ぐ
ことになりました、甲田 憲久(こうだ
のりひさ)でございます。

学区の皆様の平穏を祈って、高齢者な
どを狙った特殊詐欺に遭わないために、
被害の現状や手口についてお知らせしま
す。県内の特殊詐欺被害は5月末時点で
すでに件数・額ともに昨年度の6割から
7割もの被害がでており、大きく増加す
る傾向にあります。最も多いものは「オ
レオレ詐欺(特殊詐欺)」でしたが、手口は
ずいぶんと巧妙になっています。

◆突然携帯電話に県外の警察を名乗って
「あなたは犯罪に加担している疑いがあ
る」などと電話が架かる。

【警告!】巧妙化する特殊詐欺
あなたの財産が狙われている!

◆SNS のビデオ通話で事情聴取すると
言い出し、画面で制服警察官や警察手帳・
逮捕状(全て偽物!)まで見せて信用さ
せ、個人情報や資産情報を聞き出す。

◆「口座の動きを確認する」などと言っ
て、指定した口座に現金を振り込ませる。
という手口です。この手口では「+」で始
まる国際電話番号の着信が多いため、電
話に出る前に着信番号をしっかりと確認す
ることが大切です。また、警察はビデオ通
話で事情聴取をしませんし、お金を振り
込ませることもありません。そのような
話が出たら詐欺を疑って電話を切り、最
寄りの警察署に相談してください。

皆様、騙されないように気をつけましょ
う!

令和7年度 福祉交流プラザ旭東 運営協議会委員 (一年間宜しくお願い致します)

会長 花岡 栄太郎	常任委員 甲田 憲久	委員 鶴川 真記子
副会長 田之上 睦美	常任委員 那須 和夫	委員 重松 希代子
副会長 深田 巳恵子	常任委員 福岡 佳織	委員 延堂 雅美
副会長 崎本 敏子	常任委員 能井 俊昭	委員 高原 建裕
副会長 伊豆田 美千子	常任委員 兼本 千枝	委員 小野寺 達明
副会長 岡本 正	委員 石岡 和廣	委員 景山 信治
副会長 武田 健	委員 友杉 真由美	(敬称略 20人)

【中区健康チェック】

※中区在住の65歳以上の方で、測定と結果説明の両日に参加できる方対象

＜測定内容＞・認知機能・運動能力・骨密度・体内水分量・血管年齢・肌年齢等

【場所】	【測定日時】	【結果説明日時】
福祉交流プラザ旭東	10月15日(水)①②	10月22日(水)②
旭東コミュニティハウス	10月16日(木)①②	10月23日(木)②

無料



【時間】①10:30～12:30 ②13:30～15:30

【定員】各回とも10人程度(抽選) 【申込締切】9月29日(月)必着

※ 当日の受け付けは開始時間15分前より行います。 <申込・お問い合わせ先>

主催・共催：岡山市中区役所、山陽学園大学 岡山市中区役所 2F 総務・地域振興課
(岡山市中区まちづくり独自企画事業) 区まちづくり推進室 電話 086-901-1602

備前グループ民話交流会

無料

備前地区で活動されている語りの会のグループの方々が日ごろの成果を発表される場です。プラザ旭東の自主講座として活動されている民話の会おかやま「こちゃえ」の皆さんも参加されます。臨場感あふれる語りをぜひ聴きにお越しください。

日時：11月22日(土曜日)

午後1時から3時

講師：立石 憲利さん
(岡山民俗学会名誉理事長)

場所：2階大会議室

定員：70人 ※申込は不要です。



～ 人形劇がやってくる ～

無料

人形劇とエプロンシアターなどを組み合わせた楽しい舞台です。「お野菜がお風呂にはいる」!?一緒に歌ったり、お人形に呼びかけたり、生の舞台ならではの楽しい時間を過ごしましょう。

日時：11月28日(金曜日)

午前10時～10時50分

演者：劇団「おもちゃばこ」の皆さん

演目：「ゆかいなおやさい」

場所：2階大会議室

定員：70人 締切：前日



●「あったか食堂プラザ旭東」開催中

毎月第3土曜日11:30～12:30(岡山医療生協共済事業) ※高校生以下 無料

申込先:岡山医療生協 電話271-7880 Email:soshiki@okayama-health.coop

令和6年度 人権啓発標語展 優秀作品

『すきなふく すきにえらぼう ジェンダーレス』

小学校中学年

講座のご案内

受付開始は9月1日(月曜日)午前9時30分から。
電話もしくは来館でお願いいたします。

定員になり次第締め切りとさせていただきます。受講料等は釣銭のないようご準備下さい。

《講座共通》：受講料 各回200円

《料理講座共通》：エプロン・マスク・三角巾

【材料費が必要な講座につきまして】申込締切後のキャンセルは、材料費をお支払いいただく場合があります。

手描友禅講座

今回は色を作るところまで自分でやってみましょう！お手持ちの布バッグやシャツ、日傘等に自由に絵付け&彩色、自分の好きを詰め込んで、世界で一つのオリジナルを!! (全2回)

日 時：9月22日、29日(月曜日)

午後1時～4時

講 師：鈴木 和美さん

場 所：1階研修室

材料費：300円程度

定 員：10人

締 切：9月15日(月曜日)

持ち物：梅皿、水入れ等。筆、染料は
ご用意します。(ご相談下さい。)

※生地は麻や綿などが適しています。



骨格♡美♡調整エクササイズ

骨に働きかけるマッサージとストレッチ。

座ったり寝転がったり、ハードな動きはありません。何歳からでもお気軽にご参加下さい。

☆Body Blessing☆ ころも体もとの
う、癒しの時間をお過ごし下さい。(全4回)

日 時：9月13日、27日、10月25日

11月8日(いずれも土曜日)

午前10時から11時30分

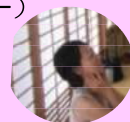
講 師：赤沢 けいこさん

(エクササイズインストラクター)

場 所：2階大会議室

定 員：15人 締切：前日まで

持ち物：ヨガマットか大判のバスタオル



クラフトテープのかご作り

今回、初めて「八の字かがり編み」に挑戦します。プラザに見本を置きます。(全2回)

日 時：10月26日、11月2日

(いずれも日曜日)

午前9時30分～12時30分

講 師：伊丹 千佳さん

場 所：1階研修室 材料費：1,200円

持ち物：はさみ、木工ボンド、定規、
洗濯ばさみ10個、千枚通し

締 切：10月19日(日曜日) 定員：8人

パソコンで作る万年カレンダー

エクセルで、毎年使える
カレンダーを作ります。(全2回)



日 時：12月6日、20日(いずれも土曜日)

午前10時から正午

講 師：自主講座「楽しいPC」講師

場 所：2階中会議室

持ち物：ノートパソコン(Windows11)
筆記用具 定員：8人

締 切：11月29日(土曜日)

年賀状講座

もらって嬉しい手描きの
年賀状。筆文字と
簡単な絵も添えて
描いてみませんか？



日 時：11月6日、20日(木曜日)

午前10時～11時30分

講 師：深田 巳恵子さん(「書と絵を楽しむ会」講師)

場 所：1階研修室 材料費：実費

定 員：10人 締 切：10月31日(木曜日)

持ち物：筆ペン、顔彩、梅皿、水入れなど(ご相談下さい。)

お申込み・お問い合わせは福祉交流プラザ旭東まで 086-273-4280

フレイル予防体操

日 時: 9月～12月までの毎月第1水曜日
午前10時～11時

講 師: 赤堀 静江さん(健康運動指導士)

場 所: 2階大会議室

受講料: 200円/1回

定 員: 15人

締 切: 前日

9/3、10/1、
11/5、12/3



3B 体操

日 時: 9月～12月までの毎月第3水曜日
午前10時～11時

※ただし10月のみ第4水曜日

講 師: 渋谷 伸子さん(健康運動指導士)

場 所: 2階大会議室

受講料: 200円/1回

定 員: 15人

締切: 前日

9/17、※10/22、
11/19、12/17

★運動をしやすい服装で、飲み物持参でお越しください。上履きをお持ちいただくとより動きやすいです。

～新着図書～

プラザ旭東では図書室と事務室に
貸し出し図書を置いています。

貸出期間は2週間です。

ぜひご利用下さい。



・「マスカレード・ライフ」

東野 圭吾

・「カフネ」

阿部 曉子

・「乱歩と千畝 -RANPOとSENPO-」

青柳 碧人

・「財産断捨離のすすめ

和田 秀樹

(ボケを遅らせ、争族を防ぐお金の使い方)」

東山ふれあい大学 in 旭東 ～整理収納のアドバイス～

日 時: 9月19日(金)

午後1時30分～3時30分

講 師: 岡村 のぶこさん

(整理収納アドバイザー)

場 所: プラザ旭東2階大会議室

参加費: 無料

定員: 30人

<主催・申込: 東山公民館(276-6202)>

旭東児童センターのお知らせ (プラザ旭東共催)

●センターまつり

11月15日(土)

時間は決まり次第お知らせします。

旭東児童センター (272-8902)

岡山市中区旭東町2丁目2-12

みんな
おいでよ
センターへ!

【イベント】ボイセズURA クリスマスコンサート
12月1日(月) 10時30分～11時30分

※詳しくは館内ポスターにて
お知らせします。

無料

◎休館日

火曜日、年末年始

◎開館時間

〔月・水～土曜日〕

午前9時30分～午後9時

〔日曜日〕

午前9時30分～午後5時

【車】 駐車場有り(約50台)

【バス】 岡電バスで岡山駅、天満屋
バスセンターより新岡山港行き・
岡山ふれあいセンター行き、網浜
中バス停下車、
徒歩3分

