



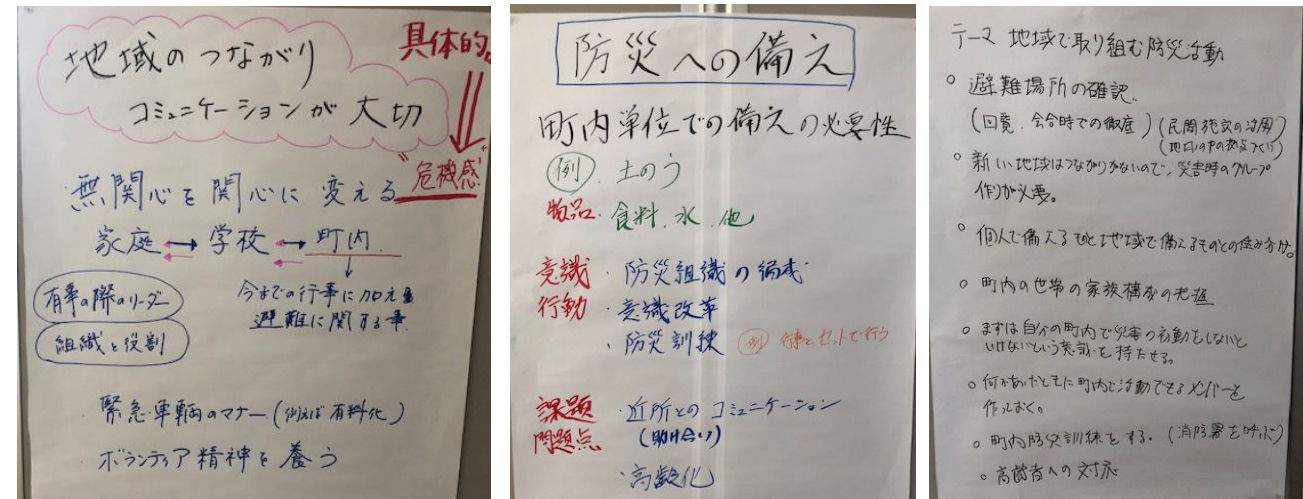
令和五年 一月二十二日 廿、  
前岡山市消防局長の藤原誠さんを講師に迎え、災害現場の実態を知り、災害への備えを考えよう」の講演を行いました。

当日は約30名が参加され、講演後のグループワークでは5つのグループに分かれ、災害発生時の地域での対応、「平時の備え」、女性目線での気遣い」など、白熱した議論が展開されました。

各グループとも分かり易く工夫して要点をまとめられ、素晴らしいプレゼンテーションを披露されました。

### 第三回 防災 in 津高

各グループのまとめ



#### webハザードマップの運用開始!

令和5年2月より、岡山市「webハザードマップ」が公開されました。多言語対応、現在位置の取得、避難経路の表示が可能となります。



### 津高ちいき活動情報

各地域の高齢者クラブ・サロン・あつ晴れ!もも太郎体操など、集いの場はコロナ対策の上、活動しています。今年度も、体操をはじめ、健康講座などを企画しているサロンも有。歩いていける近所の集いの場は、まちの元気の源です。春を感じながら、ぜひおでかけください。

#### 近所の集いの場をお探しの方は

- ◆岡山市社会福祉協議会 北区北事務所 (サロンなど) 086-250-2007
  - ◆ふれあい介護予防センター 北事務所 (あつ晴れ!もも太郎体操) 086-251-6517
- までお気軽にお問合せください。

### 横井地区おやこクラブ わんぱくクラブ

0歳～就園前の親子が対象。入会はいつでもできます。保護者と子どもたちの仲間づくりと健康づくりをすすめています。活動内容は、親子のふれあい遊び、育児や健康についての話し合い、遠足などを行っています。親子で、地域での知り合い、友達を増やす絶好の機会です!お気軽にお問い合わせください。

日時:火曜日(月2回)10:20~11:30

場所:富原児童館(岡山市北区富原1140)

◆連絡先・・・北保健センター

086-251-6515



【各講座の申込方法】電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-294-4222  
〈開館時間〉9時30分~21時(日曜日は17時まで)〈休館日〉水曜・祝日(水曜日と祝日が重なる場合は翌日木曜日)

# 津高公民館だより

第182号 発行日:令和5年4月1日  
発行:岡山市立津高公民館  
〒701-1144 岡山市北区栢谷1677  
Tel/Fax 086-294-4222  
tsudakakouminkan@city.okayama.lg.jp  
https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011371.html



## 笑顔をつなぐ津高公民館

~つながり合いともに学びを深める公民館~

### 主催講座とは...

主催講座は、地域特性を活かした多彩な学習機会を提供するため、公民館が企画・運営する講座です。企画会を経て開催する講座もあります。

地域の実情や社会情勢にそった取り組みを通じて、市民のみなさんの学習意欲の向上や自らの課題解決への取り組みを支援しています。

### ロビーでは...

作品を展示したり、新聞を読んだり、子どもたちの自習や地域の会議など様々なことにご活用いただけます。また、**図書の利用(読む・借りる[1人5冊まで最大2週間貸し出し可]・予約する)もできます。**津高地区や岡山市内の様々な施設や催し物のポスター、ちらしなどもあります。

### 公民館の利用について...

#### <開館時間>

平日:午前9時30分~午後9時  
日曜日:午前9時30分~午後5時

#### <休館日>

水曜日・国民の祝日、年末年始(12/28~1/4)  
水曜日が祝日の場合は翌木曜日

#### <警報発令時の対応について>

**暴風警報・大雪警報・特別警報が発令された場合、臨時休館となり、公民館業務はすべて停止します。**ご理解とご協力をお願いします。

### クラブ講座とは...

公民館クラブ講座は、市民のみなさんからの申請をもとに公民館が開設し、みなさんが自主的に企画・運営する講座です。

津高公民館では、教養の向上や知識・技能の習得をめざし、58の多彩な活動が展開されています。(一覧は公民館にあります。HPにも掲載。)

コロナ対策のため、一部活動を中止、または内容を変更している活動がありますので、入会希望の方は津高公民館までご連絡ください。

### 部屋貸し...

社会教育法等の規定により、地域の会議や活動、グループ活動や個人の学習のために部屋を貸し出すことができます。詳しくは事務室までお問い合わせください。

### コロナ対策について

引き続きご協力をお願いいたします

- ◆こまめな手洗い、消毒
- ◆発熱などの体調不良時は来館しない
- ◆飲食については、「衛生管理」「対面しない」「三密の回避」「少人数・短時間」を守ってください。(ロビー含む)

#### 3月13日(月)からの変更箇所

- ◆マスクの着用、上履きの持参は、**各自の判断**で行ってください。

【各講座の申込方法】電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-294-4222  
〈開館時間〉9時30分~21時(日曜日は17時まで)〈休館日〉水曜・祝日(水曜日と祝日が重なる場合は翌日木曜日)

### 主催講座のご案内

#### 令和5年度 津高蒼樹会 共催：津高高齢者クラブ連合会

日時	学習内容	講師
6/6 (火) 10:00~12:00	開講式 楽しく歌おう	クラブ講座講師 檜山 武雄さん
7/4 (火) 10:00~12:00	未定	未定
8/1 (火) 10:00~12:00	人生を豊かにする温泉の話	弁護士 小林 裕彦さん
9/5 (火) 10:00~12:00	認知症と介護保険について	北区北地域包括支援センター 職員
10/3 (火) 10:00~12:00	館外研修	
11/7 (火) 10:00~12:00	落語を楽しもう ~笑って幸せに~	噺の会 じゅげむ
12/5 (火) 10:00~12:00	生活まるごと元気アップ ~脳トレにチャレンジ~	福祉レクリエーションワーカー 南波 紀子さん
2/6 (火) 10:00~12:00	岡山城の歴代城主 閉講式	片岡 学さん

【対象】 おおむね60歳以上の方

【申込】 各高齢者クラブまたは津高公民館まで。※申込締切 5/20(土)21:00 まで

【備考】 日程、内容等は変更する可能性があります。

#### 津高生きもの調査隊

※詳しくはチラシを

初夏の動植物を見つけよう。 ご覧ください  
神社(みわじんじゃ)周辺を散策します。

【日時】 6月18日(日) 9:00~11:00 (雨天中止)

【講師】 岡山県自然保護推進員 山田 勝さん

【受講料】 1人36円 (傷害保険代)

【対象】 小学生以上の方 【定員】 20名

【集合場所】 津高公民館

【申込】 津高公民館窓口または電話

【服装】 長袖・長ズボン、手ぶくろ、履きなれた靴

【持ち物】 お茶、7~8倍程度の双眼鏡、  
網や虫かごがあると便利です。



#### 初めてのヨガ体験会

初心者でも大丈夫!簡単な体操から始めます。  
自分のペースで動いてみましょう。

※クラブ化を目指した講座です。4月から開講して  
おり、6月までに3回の体験会を予定しています。  
この機会にぜひご参加ください。

【日時】 5月11日(木) 10:00~11:30

6月1日(木) 10:00~11:30

【講師】 ヨガインストラクター 伊賀 紀子さん

【受講料】 無料 【対象】 どなたでも

【定員】 10名

【申込】 津高公民館窓口または電話

【持ち物】 ヨガマット、フェイスタオル、お茶

※ヨガマットの貸出あり。詳しくは公民館窓口まで。



#### ホタルを見る会2023

ホタル学習を通して、地域の環境について考えてみませ  
んか。日程はホタルの状況に合わせて決定します。日程が  
確定次第、ご連絡させていただきます。

◎日程：5月下旬~6月中旬(予定)の夜

※詳しくはチラシをご覧ください



#### 津高シネマ

【日時】 5月23日(火) 13:30~15:10

【内容】 「風と共に去りぬ」 1939年アメリカ映画

【受講料】 無料 【対象】 どなたでも

【申込】 必要 【定員】 20名

【備考】 飲み物は各自でご用意ください。

#### 津高ふれあい元気教室

健康づくりのための軽い運動や、講和を行います。

【日時】 4月18日(火) 14:00~16:00

【内容】 「座りすぎには要注意!

座位時間を減らして健康に」

【日時】 5月16日(火) 14:00~16:00

【内容】 「食品ロスを減らしながら、

しっかり食べる食生活」

【受講料】 無料 【定員】 40名

【対象】 おおむね65歳以上の方

【持ち物】 筆記用具、上履き、マスク、

水分補給の飲み物

【備考】 予約不要。当日先着で受付けます。

#### トモスカイ津高

発達障がいについて理解を深める会です。

【日時】 4月11日(火)、5月9日(火)

10:00~12:00

【内容】 座談会

【受講料】 無料 【対象】 どなたでも

【申込】 必要 【定員】 各回10名



#### もっと eco な公民館

##### ごみ減量・リサイクル推進週間

5/20(土)~6/24(土)

##### 食器リサイクル

持ち込みの際は事務所へお声かけください

##### フードドライブ

賞味期限が残っている食品に限ります

##### 古本交換市

本棚に限りがありますので、数が多い場合は  
事前にご連絡ください。

##### 資源化物回収について

津高公民館ではカン・ビン・食品トレー・

蛍光管・スプレー缶の資源化物の回収を行っ  
ています。不法投棄はしない、コンテナが満杯  
になった場合は新しいコンテナを追加するな  
ど、地域のみんなで気持ちよく利用できるよ  
うご協力をお願いいたします。

【利用日時】 開館日の9:30~17:00



#### 4月から「パソコン楽学ルーム」が変わります!

毎月 第3土曜日「シニアパソコン相談室」

毎月 第4金曜日「シニアもスマホで遊ぼう会」

◎パソコンの分からないことは、

「シニアパソコン相談室」にご相談ください。

◎スマホの操作やアプリに関しては、

「シニアもスマホで遊ぼう会」にお越しください。

##### シニアパソコン相談室

【日時】 4月15日(土) 13:30~15:30

5月20日(土) 13:30~15:30

【受講料】 100円

【申込】 津高公民館窓口または電話

##### シニアもスマホで遊ぼう会

【日時】 4月28日(金) 13:30~15:30

『地図・交通アプリで遊ぼう』

【日時】 5月26日(金) 13:30~15:30

『インスタグラムで遊ぼう』

【受講料】 100円

【申込】 津高公民館窓口または電話

#### ◆ITボランティア募集中!◆

#### 津高公民館よりお知らせ

卓球台をいただき、2台になりました。

使用を希望される方は、  
事務所にご相談ください。  
ラケットはペンタイプが  
4本あります。



##### 世界の推理小説コーナー

推理小説を読みに来ませんか。たくさんの世界  
を代表する推理小説があり、利用者に好評いた  
だいてます。※貸し出しはできません。