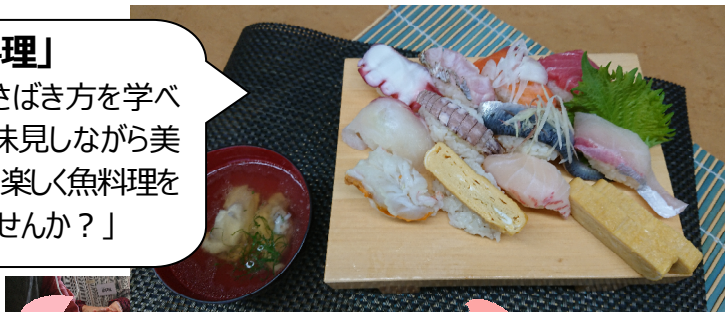


<津高公民館クラブ講座の紹介>

「魚料理」

「魚のさばき方を学べます。味見しながら美味しく、楽しく魚料理をつくりませんか？」



「楽しい絵手紙入門」

「季節の旬のものなど、身近にあるものを実際に見ながら絵をかき、言葉を添えてハガキにかきます。」



「モラ・パッチワーク」

「みなさんとお話をしながら、一針一針縫って、素敵な作品になるよう仕上げます。」



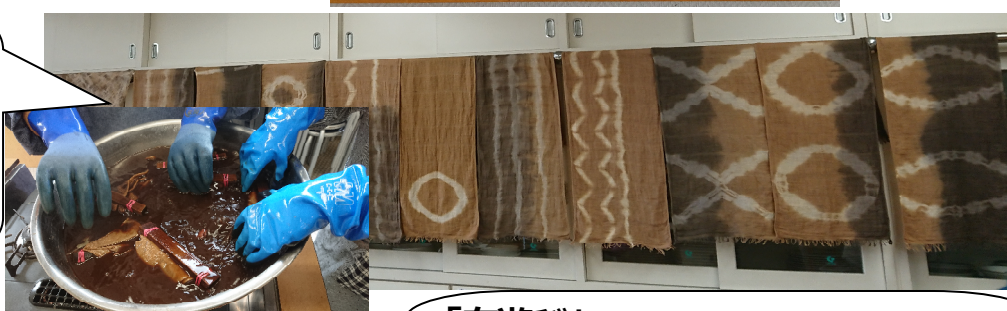
「陶芸クラブ」

「自分にとって世界一の作品が出来ます。」



「草木染め」

草木染めをしてみたい方！初心者OK！完成したものは自分だけのオリジナル作品です。



「茶道裏千家」

「四季の移ろいを楽しみながら、美しい日本文化を味わいましょう。初心者の方もごいっしょに。」



「布遊び」

「来年の干支を作り始めました。」まずは一緒に布で遊んでみましょう！



津高公民館フェイスブックに掲載しています。

【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）〈休館日〉水曜・祝日（水曜と祝日が重なる場合は翌日木曜日も）

津高公民館だより

第183号 発行日:令和5年6月
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

6・7月主催講座案内

さんかくウィーク 2023 公民館行事 おやこでクッキング

インスタ
映え！

ペンギンの巻きずしをつくります。

【日 時】6月24日(土) 10:00～12:00

【講 師】デコ巻きずしマイスター 青木 規子さん

【対 象】小学生とその男性保護者

【定 員】おやこ8組 (1家族3名まで)

【材料代】おやこで1,200円

※きょうだい参加の場合は600円追加

【持ち物】エプロン、三角巾、布巾(1人につき1枚)
メモ用紙、持ち帰り用の袋、保冷剤(あれば)

【申 込】5月27日(土)9:30～津高公民館窓口で
材料代を添えてお申し込みください。

【備 考】アレルギー対応はできません。

岡山市産業政策課共催 スマホ決済を使ってみよう！

スマートフォン決済のメリットや、安心してお使いいただくための方法などをお伝えします。

【日 時】7月21日(金) 13:00～14:30

【受講料】無料

【対 象】津高地区在住の方

【定 員】先着20名

【場 所】津高公民館 第1講座室

【申 込】津高公民館窓口または電話

パソコン相談室 (第3土曜日)

【日 時】6月17日(土) 13:30～15:30

7月15日(土) 13:30～15:30

【受講料】100円 【対 象】どなたでも

【申 込】必要

子育て講座 <おやこヨガ>

スキンシップで親子のつながりを大切に！



【日 時】6月27日(火) 10:20～11:20

【講 師】ヨガインストラクター 伊賀 紀子さん

【受講料】無料 【定 員】親子10組

【対 象】未就学児とその保護者

【持ち物】ヨガマット(あれば)、フェイスタオル、お茶

【申 込】津高公民館窓口または電話にて受付

シニアもスマホで遊ぼう会 (第4金曜日)

スマホを使って一緒に遊んでみませんか

【日 時】6月23日(金) 13:30～15:30

7月28日(金) 13:30～15:30

【対 象】どなたでも 【申 込】必要

津高シネマ

【日 時】6月27日(火) 13:30～15:15

【内 容】「カサブランカ」 1942年アメリカ映画

【日 時】7月25日(火) 13:30～14:50

【内 容】「戦場よさらば」 1932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】各回20名

【備 考】飲み物は各自でご用意ください。

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】6月13日(火) 10:00～

7月11日(火) 10:00～ 1時間程度

【内 容】茶話会

【受講料】無料 【対 象】どなたでも

【申 込】必要 【定 員】なし

【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）〈休館日〉水曜・祝日（水曜と祝日が重なる場合は翌日木曜日も）

津高ふれあい元気教室

健康づくりのための軽い運動や、講話を行います。

【日時】6月20日(火) 14:00~16:00

【内容】「知って得するお口の知恵袋」

【日時】7月18日(火) 14:00~16:00

【内容】「痩せているのに肥満!？」

サルコペニア肥満とは?

【受講料】無料 【定員】なし

【対象】おおむね65歳以上の方

【持ち物】筆記用具、上履き

水分補給の飲み物



天体観望会 in 津高

今回は水星を見てみよう!近くには金星や火星、月が輝いています。晴れれば織姫や彦星、夏の大三角などたくさんの天体を眺めてみましょう。

【日時】7月22日(土)

【対象】小学生以上

【開催場所】津高公民館隣の駐車場

【持ち物】温度調節できる服装

【申込】津高公民館窓口または電話

※詳しくはチラシをご覧ください。



交通安全教室

リニューアルされた交通安全体験車「おかやまふれ愛号」が来館します。

様々な体験や診断・シミュレーションで交通安全に関する学習ができます。ぜひ、みなさままでお越しください。

【日時】7月29日(土) 10:00~12:00

※詳しくはチラシをご覧ください。



津高公民館よりお知らせ

Instagramも開設しました。フェイスブックとあわせてご利用ください。公民館主催講座案内や、クラブ活動情報、公民館の日々の出来事を更新中です。お待ちしております♪



<津高公民館自主学习会等のご案内>

【環境学習】電気のことをもっと知ろう

~電気を作るうえで大切なこと~

火力や水力、再生可能エネルギーなど、それぞれの特徴を生かしたエネルギーをどう組み合わせたらよいか、みなさんと一緒に考えてみませんか。

【日時】6月17日(土) 10:00~12:00

【場所】津高公民館 第1講座室

【座長】元津山高専専門学校の川部 健さん

※申し込み不要 詳しくはチラシをご覧ください。

【介護相談カフェ】ゆるりふらっと介護塾

お気軽にお越しください。

【日時】6月15日(木) 14:00~16:00

7月20日(木) 14:00~16:00

【場所】津高公民館 1階ロビー



【御津公民館主催講座】協力(津高公民館)

初級者にやさしいゴルフ教室

岡山市内在住の方ならどなたでも参加できます。スタート前一時間にワンポイントレッスン。ラウンドレッスンもあります。

【日時】6月16日(金) 8:00~16:00

【場所】山陽ゴルフ倶楽部

【日時】7月14日(金) 7:30~16:00

【場所】たけべの森ゴルフ倶楽部

【講師】宮武 数行さん(プロゴルファー)
丹原 荘八さん(PGAインストラクター)

【費用】参加費:2,000円(1回)
ラウンド費:7,000円程度(昼食込)

【申込・定員】先着35名程度

※詳しくは御津公民館(724-1441)

津高公民館(294-4222)

にお尋ねください。



ホームページ



メール



フェイスブック



Instagram

令和5年度 津高文化祭 出演者・出品者募集

【日程】令和5年11月18日(土)、19日(日)

【内容】実演発表・展示発表・即売など

発表資格

◆原則として津高地区に在住・在勤の方で津高公民館や地域コミュニティ等または小中学校で活動をしている方。

文化祭協力金

◆出展・出演1団体につき一人200円。※中学生以下は無料 ※発表時間、展示作品の大きさについては上限があります。

お申し込み ☆申込締切:6/15(木)

◆津高公民館事務室にある「出演・出品申込書」に必要事項をご記入の上、文化祭協力金を添えてお申し込みください。

注意事項

◆第1回文化祭実行委員会(展示場所、スケジュールの打合せ)

6月24日(土) 13:30~ に必ずご参加ください。

※詳細は津高公民館へお問い合わせください。

津高公民館マスカット ギャラリー展示報告

4月 ヨーガ療法

瞑想法、呼吸法で心身を健康へ導いていきましょう。初心者歓迎。

【活動日】毎月第2・4(金) 10:30~12:00

5月 花架拳&練功十八法

音楽ののってゆったり深い呼吸で動きます。一緒に楽しんでみませんか。

【活動日】毎週(金) 13:00~15:00



朝日塾小学校3年生 公民館見学

5月15日(月)に社会科の学習で朝日塾小学校3年生が津高公民館に見学に来ました。

活動中のクラブ講座(和紙ちぎり絵・リフレッシュマスカットオカリナ)を見学し、講座生のお話を聞きました。公民館の仕事や役割について楽しく学習しました。

ご協力いただいたクラブ講座のみなさま、ありがとうございました。



津高公民館 職員の異動のお知らせ

お世話になりました

この度、5年間お世話になった津高公民館から大元公民館に転任することになりました。この5年の間には、西日本豪雨、新型コロナウイルスの蔓延による活動の自粛等があり、十分なことができませんでした。公民館に来館される方々の笑顔と地域の皆様方の激励、励ましに支えられた5年間でした。感謝しております。大元公民館でも、津高公民館で学ばせていただいたことをもとに笑顔あふれる公民館を目指して努めていきたいと思っております。

最後になりましたが、津高公民館と津高地域のますますのご発展をお祈りしております。

前津高公民館長 小林 巧

2年間、皆様には大変お世話になりました。思えば、2021年5月に着任後すぐに公民館は休館となり、その後も断続的に休館が続き、また地域の行事もほとんどは中止となりました。2022年に入り、公民館は通常の活動を取り戻しましたが、地域の活動はコロナ前と同様とはいかない状況でした。2023年は行動制限がかからない予定です。「コロナ禍で失われた地域の繋がりを以前にも増して強めていく良い機会」ではないでしょうか。他に先駆け津高地域が良い見本地域となりますよう、心から応援しています。

前地域担当職員 平岡 寛基

よろしく願います

御津公民館から異動してきました。津高地域や津高公民館に新しい風を吹き込むきっかけになればとの気持ちでスタートしています。よろしく願いいたします。

津高公民館長 立花 久志

令和5年5月1日付で津高公民館に参りました薬師寺孝雄です。地域のことについて、みなさんとともに考え、ともに実施していきたいと考えております。微力ではございますが頑張りますのでよろしくお願い致します。

地域担当職員 薬師寺 孝雄