



### ほっぺ文庫

絵本の読み聞かせ、簡単な工作をして過ごします。

- 【日時】 7月22日、8月26日  
いずれも土曜日 10:00~11:30  
(原則、毎月第4土曜日)
- 【参加費】 無料 【申込】 不要
- 【対象】 幼児と小学1・2年生以下



### 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】 7月22日、8月26日いずれも土曜日  
13:30~16:00 (L.O.15:45)
- 【費用】 コーヒー100円

共催：南区南地域包括支援センター・岡南公民館

### 心くなん介護者サロン

介護の合間の気分転換に一緒にお話ししませんか。

- 【日時】 7月13日、8月10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)  
※初参加の方は、無料です。
- 【申込】 不要



### 子どものためのプログラミング道場

#### CoderDojo Konan

小中高生(7歳~17歳)を対象とした、無料プログラミングコミュニティ。CoderDojoの詳細と申込みはこちらから  
<https://coderdojo-konan.jp/>



### 公民館の小さな映画会

日時	作品	
7/22(土)	大いなる幻影 (114分)	1937年/フランス
8/26(土)	アイネクライネナハトムジーク (119分)	2019年/日本

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

### 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活用ください。

- 【日時】 7月3日、10日、24日、31日  
8月7日、21日、28日  
いずれも月曜日 10:00~12:00

※赤字は水遊びもできます。

- 【参加費】 無料 【申込】 不要
- ※水遊びの回は、バスタオル、濡れても良い服装でお越しください。
- ※公民館のおもちゃは、使った後にみんなで消毒しています。



### 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】 7/1、7/15、9/2、9/16、10/7、10/21  
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、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)

※8月はお休みです。

#### 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。



さんかくウィーク2023 共催：福島学区婦人会・岡南公民館

### あの時がんばってよかったね。って笑顔になれる、私の居場所の報告

6月15日に福島学区婦人会と開催した講座。NPO法人オカヤマビューティーサミット代表の柚木幸子さんを講師に招いて、ひとり親やDV、障がいなど、困難を抱えやすい立場に置かれる世帯の現状と支援についてお話しいただきました。「男」「女」「親」「子ども」をはじめとした〇〇だから。それゆえの喜びもあれば抱えてしまう苦しさや辛さも千差万別です。「本当にそれって正しいの?」、「思い込まなくてもいいのかも?」ちょっと立ち止まって、ただ話を聴いてくれる人や、頼りあえる人の大切さも学びました。



共催：岡山市ふれあい介護予防センター・岡南公民館

### みんな楽笑！福南元気塾

~からだが動くと ところが弾むみんなてつくる元気の輪~

日時		テーマ	受付開始
7月27日	木曜日	放置しないで！めまいについて	7/10(月)
8月24日	13:30~15:30	痩せているのに肥満!? サルコペニア肥満とは	8/10(木)

- 【対象】 概ね65歳以上の人
- 【参加費】 無料
- 【定員】 各回37人(先着順)
- 【持参品】 筆記用具、飲み物
- 【申込】 岡南公民館へ(電話可)

※講座内容の詳細は介護予防センター (tel 230-0315) へお問い合わせください。



#### 長寿教室

#### 8月・9月の講座案内

参加費無料

8月29日(火) 10:00~12:00

#### 演奏会

ピアノ&トロンボーン・トランペット

#### 「夏の終わりのコンサート」

演奏 ノスタルジー・メッセンジャーズ

9月19日(火) 10:00~12:00

#### 防犯講座

自分は大丈夫と思っていませんか

#### 「高齢者を取り巻く金融犯罪」

講師 (一社)全国銀行協会 講師

「長寿教室」の参加には事前に「講座登録」が必要です。詳細は公民館事務所に問合せ下さい

#### 長寿教室

#### 秋の研修視察・旅行のお知らせ

定員 40名

※ 研修視察・旅行は、「長寿教室」に参加してなくても、お申込みいただけます。

明石海峡大橋を渡り、「国生み神話の島」淡路島で  
日本発祥の地「オノコロ島伝説」の謎解きに出掛けませんか



#### 明石海峡大橋と「国生み伝説」謎解きの旅

受付開始 8月29日(火) 正午より

開催日 10月17日

参加費 7,800円  
【昼食付】

※申込方法、当日の行程等 詳しくは、公民館ロビーのチラシをご確認ください。