



京山公民館だより

〒700-0016 岡山市北区伊島町二丁目 9-38 TEL & FAX : 086-253-8302 第146号

ホームページ : <https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011028.html>

HP はコチラから →

E-mail : kyoyama_k@city.okayama.lg.jp

2023年7月1日発行



公民館ご利用にあたってのお願い

- ◎発熱や喉の痛み、咳等がある方や体調がすぐれない方は来館をお控えください。
- ◎マスクの着用は個人の判断に委ねます。
- ◎入り口にアルコールを設置しています。必要な方はご利用ください。



子育てトークスペシャル企画

自己理解とストレスケア 気づいてイキイキ！メンサポ

～発達しょうがい・せん細さん（HSC/HSP）～

日時：7月30日（日）10：00～12：00

講師：江草信子さん（特別支援教育士・公認心理士・臨床心理士）
かたやま小児科クリニック心理士
スクールカウンセラー（岡山県教育庁人権教育・生徒指導課他）
松陰高校岡山中央校講師



場所：2階 第1・2講座室 定員：50人（先着順） 受講料：無料

申込み：必要 公民館窓口またはお電話・Eメールでお申し込みください

※Eメールでお申し込みの際は、件名【子育てトークスペシャル
企画申込み】とし、お名前・電話番号をお書きください。

こちらから⇒



▼発達しょうがいのあるお子さまも、せん細さんも、コロナ禍によってストレスが高まっていますか
「知る編」は、発達しょうがいやせん細さん、子どもの心の病、受診について、後半のII「理解・ケア編」は、強みをいかす視点づくりやマインドフルネスなどストレスケアについて学び合います。子どもたちができるだけ「生きやすく」なるよう、自己理解をサポートし、素敵な家庭・地域を目指していきませんか！

※せん細さん（HSC/HSP：Highly Sensitive Child/Person）：非常に感受性が強く、敏感な気質を持った子ども（人）

主催：岡山市立京山公民館・チューリップの会（こどもの社会参加を考える会in京山）

共催：京山地区ESD・SDGs推進協議会

京山長寿生きがいセミナー

日程・内容・講師：

7月10日（月）

「すべての子どもに『
岡山ユニセフ協会 梶岡春花さん

8月31日（木）

「健康に過ごすためのフットケア」
岡山済生会病院医師 吉富恵美さん
リハビリテーションセンター職員 丸木裕貴さん

9月11日（月）

「在宅医療と人生会議のすすめ」
岡山市医療政策課 職員

時間：13：30～15：30

定員：50人（先着順）

対象：概ね65歳以上の方

受講料：無料

申込み：公民館窓口へ直接またはお電話で



公民館だよりは各町内会のご協力により、京山中学校区内の各戸に配布していただいています。

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。

また、「【第5弾】がんばろう岡山市！スマホ決済最大20%が戻ってくるキャンペーン」についてもご案内します。

日 時：8月4日(金)
10:30～12:00

場 所：2階 第1講座室

講 師：ソフトバンク スマホアドバイザー

※当日のスマホ決済に関する利用説明・個人サポートなどについては、講師で参加する事業者のスマホ決済についてのみとなりますので、ご了承ください。

定 員：30人(先着順)

参加費：無料

対 象：スマホ決済に関心がある方

申込み：必要

共 催：岡山市創業支援・雇用推進課



マイナンバーカードの申請が 公民館で出来ます！

【開催日時】

7月8日(土) 10:30～16:30

7月9日(日) 10:00～16:00

【持ってくるもの】

- ・QRコード付交付申請書・通知カード
- ・本人確認書類(詳細はコールセンターまで)

【コールセンター】 **0120-425-609**
(平日 8:30～17:15)

★写真撮影無料、予約不要

本人確認書類が揃っていれば、出来上がったカードは自宅へ郵送

京山みんなのカフェ

日 時：7月10日(月) 10:00～12:00

【演奏 オカリナデュオ Le lien】

9月11日(月) 10:00～12:00

【落語 嘶の会じゅげむ】

場 所：2階 第1講座室

参加費：無料

申込み：不要

参加費：100円(飲み物代)

子育てトーク

アドバイザーにノートルダム清心女子大学教授湯澤美紀先生にお越しいただき、貴重なアドバイスをいただきたいと思っております。皆様お気軽にご参加ください。

日程・テーマ：

7月6日(木)

「どうする？夏休みの計画」

9月12日(火)

「どうする？新学期」

時 間：10:00～12:00(9:50～受付)

参加費：無料

定 員：15人

申込み：必要

その他：各自で飲み物をご持参ください。



フードライブ

家庭で眠っている食品を寄付してください

岡山県内で活動する支援団体(児童養護施設・福祉事業所等)へ寄付します。

受取日時：7月10日、9月11日(月)

10:00～12:00

京山みんなのカフェの時間内

場 所：1階 美術工芸室

対象食品：穀類、缶詰、瓶詰、インスタント食品、レトルト食品、調味料、食用油、コーヒー紅茶等の飲料、ふりかけ、お茶漬け、のり等(冷凍、冷蔵、生鮮食品、アルコールは対象外)

注意事項：賞味期限が1ヶ月以上残っているもの、未開封のもの、破損していないもの、お米は常識の範囲で古くないもの

～夏休みフリー塾について～

現在、以下の講座を計画中です！

詳細は7月中旬に、小学校、公民館で配布されるチラシをご覧ください。

- * 「なるほど!『はかる』っておもしろ講座」
- * 「お琴をひいてみよう」
- * 「夏休み子ども映画会」
- * 「宿題会とつしまみんな食堂のランチ」
- * 「岡山大学児童文化部による企画」

京山おはなし会

日 時：7月15日(土) 19:00～20:00

9月16日(土) 15:00～15:30

場 所：1階 研修室

対 象：お話を聞ける子どもならどなたでも。
大人の方も大歓迎!!

申込み：不要

みんなでしゃべりしましょう！！ Let's chat in Japanese!!

Friendly Cafe

日時 7月8日(土) 11:30~12:30
場所 2階 料理講座室
費用 無料 (お金はいりません)
その他 ・お茶とお菓子があります
・外国人も日本人も、誰でも自由に参加できます

協力：フレンドリー京山

毎月介護予防教室

京山ふれあい元気教室

日程と内容：毎月第3金曜日

13:30~15:30

- ▶7月21日「発見！自分に合った運動」
- ▶8月18日『よい咀嚼』から始まるフレイル予防

場所：2階 第1・2講座室

対象：概ね65歳以上の岡山市民

参加費：無料

持ち物：タオル、水筒等、筆記用具

申込み：不要 当日受け付けします

問合せ先：ふれあい介護予防センター北事務所
(電話086-251-6517)

ウェルカム食堂

毎日、お一人でご飯を食べている方はいませんか？
おいしいご飯を食べて、みんなで顔を合わせませんか？

【原則第3火曜日にオープン】

日にち 7月18日(火)、8月15日(火)

費用 500円

時間 12時オープン

場所 京山公民館 料理講座室

申込み 必要 京山公民館へ

フラワーボランティア募集

玄関前のかわいいお花をご存じですか？
季節ごとに届く可愛いお花の植え替えをしてくださるボランティアさんを募集しています。

興味のある方は、京山公民館
事務室 (TEL 086-253-8302)
までご連絡ください。



みんなで作ろう！食べよう！つながろう！

つしまみんな食堂

日にち 7月23日(日)、8月27日(日)

時間 10:00~13:00

費用 高校生以上 300円
中学生以下 無料

対象 京山学区及び近隣小学校区の子どもから高齢者の方まで

申込み 必要

詳細を公民館設置のチラシまたは
下記HPでご確認の上、LINE公式ア
カウントよりお申し込みください。

<https://bit.ly/3IHYZB>

※LINEをお持ちでない方は、京山公民館まで
お問い合わせください。



LINE



HP

ほっとスペース放課後 スタッフ大募集！



小学生の放課後の居場所「ほっとスペース放
課後」のスタッフを募集しています！

◆火曜日と金曜日 15:30~17:15

◆宿題、工作、昔遊び、囲碁・将棋、卓球、etc
子どもたちと一緒に遊んだり宿題をしたりして
います。高校生や大学生の方、大歓迎♪興味
ある方は、公民館へお問い合わせください。

京山にこここウォーク

日時：毎月第1・3水曜日 9:00~

(1時間程度)

※熱中症等、体調に不安がある方は
ご遠慮ください。

場所：県営グラウンドスタジアム玄関前

内容：OKAYAMA 市民体操の後、それぞれの
ペースでウォーキングします。(雨天中止)

問合せ：北区北保健センター

電話 086-251-6515



子育てサロン☆きらら

子育て仲間と楽しくおしゃべりしませんか〜♪
子育てサポーター☆きららのスタッフとお待ち
しています。

日時：毎月第1・2・3木曜日
10:00~11:30
7月6日・13日・20日
8月3日・10日・17日
9月7日・14日・21日



場所：なかよしのへや
費用：無料
申込み：不要

絵本の読み聞かせ
や、ちょっとした
工作もあるよ

京山 ESD「夏の源流体験エコツアー 2023 in 新庄村」

源流域での感動体験にでかけませんか？
生き物観察やミステリーツアー、新庄村の人たち
との交流など盛りだくさんの内容です。
対象は、小学4年生以上の子どもから大人までで、
小学1~3年生は、保護者同伴であれば参加できま
す。日時は7月23日(日)で、6月24日(土)か
ら受付を開始します。参加費等、詳細については、
公民館までお問い合わせください。

クラブ講座生募集

【京山箏曲クラブ】

みなさんこんにちは。京山箏曲クラブです。
毎月第1・3木曜日午前10時から12時まで、和
室と研修室でお稽古をしています。お箏はクラブ保
管のものを使い、基本から教わることができます。
椅子での練習もできます。初めての方も気軽にご参
加ください。日本の伝統楽器・箏の演奏を是非一緒
に楽しみましょう。まずは見学においでください。
お待ちしております。



7月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	■	6	7	8
9	10	11	■	13	14	15
16	■	18	■	20	21	22
23	24	25	■	27	28	29
30	31					

休館日のお知らせ

8月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	■	3	4	5
6	7	8	■	10	■	12
13	14	15	■	17	18	19
20	21	22	■	24	25	26
27	28	29	■	31		



9月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	■	7	8	9
10	11	12	■	14	15	16
17	■	19	■	21	22	■
24	25	26	■	28	29	30

警報発令時の対応と避難所について

暴風・大雪・特別警報が発令された場合や各公民館
が所在する中学校区に避難所が開設された場合、
全ての通常業務(主催講座・クラブ講座・貸室など)
を見合わせます。活動中の場合は活動を中止し、安
全に配慮し速やかに帰宅をお願いします。また避
難情報が出されると、公民館が市の指定避難所と
なる場合があります。受け入れ可能人数が限られ
ているため、高齢者やお身体の不自由な方、乳幼児
連れのご家族など、配慮が必要な方を優先します。
ご理解とご協力をお願いします。

ランドセルプロジェクト



小学校を卒業して使わなくなったランドセルがご
自宅にありますか？ つしまみんな食堂では、石川
県白山市で中古ランドセルの取り扱いを通して、子育
て世帯やこども食堂への支援をされている取り組み
に参加しています。譲っていただいたランドセルは、
汚れの目立つ部分をクリーニングした後、支援を必要
とされているご家庭へ提供されています。

受取り：つしまみんな食堂開催時、京山公民館(随時)

使用済みステンレス製ボトルの回収について

岡山市は、ステンレス製ボトルの再資源化に取り組
むため、回収ボックスを公民館に置いています。

持ち込むときの注意事項

- ・プラスチックやアルミのボトルは回収できません
- ・ステンレスボトルのポーチは回収できません
- ・ふたはつけたまま回収箱に入れてください
- ・ステンレスボトルはよく洗って水気をきってください

オリジナルタンブラーのモニター募集

地域のプラスチック使用量削減につながることを
目指して、地域の若者達がデザインを考案し、竹の
素材を組み込んで製作したタンブラーを利用して
いただくモニターを募集しています。
お問い合わせは、京山公民館まで。