

妹尾公民館だより

280号

発行
妹尾公民館
岡山市南区箕島
1025-1
<TEL&FAX>
(086)282-4747



妹尾公民館 HP

※講座の申込は、公民館へ直接または電話でお願いします。参加費の記載がない講座は無料です。
※申込後、参加できなくなった場合は、必ずキャンセルの連絡をお願いします。

文房具きずなプロジェクト

妹尾公民館では、文房具を購入しづらい家庭の子どもたちに文房具を届ける取組を行いました。3月16日からの1か月間で、地域の方々等から4千点を超える文房具をご寄付いただきました。その文房具をボランティアの方々種類ごとに仕分けしていただき、5月20日に「持ち帰り」を行いました。多くの親子の方々に参加していただき、たくさんの文房具を持ち帰っていただくことができました。「たくさんの文具を準備していただきありがとうございました。学校で使う物が多く、助かりました。」「自分たちは今回もらう側だったのですが、次回は自分たちが寄付する側になりたいと思いました。」といった感想が寄せられました。ご協力、ありがとうございました。

文房具きずなプロジェクトの様子や書いていただいた感想等は、ロビー展示します。(4面をご覧ください) 展示に合わせて、残った文房具の持ち帰りコーナーを設けますので、よろしければお越しください。

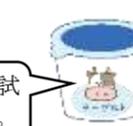
とっても大切な水のお話「妹尾塾」

わたしたちの命のみなもと「水」のお話です。“水道水ができるまで”“キレイな水の作り方【浄水実験】”“もしもの時の水の話【災害対策】”などについてお話しします。
○日時 8月22日(火) 13:30~15:30 ○講師 岡山市水道局職員
○定員 24人(申込順) ○申込 8月1日(火) から8月17日(木) までに、公民館へ



ヨーグルトのひみつ~ヨーグルトの世界へようこそ~「おいしい健康セミナー」

ヨーグルトは、栄養バランスの良い牛乳に、乳酸菌の働きをプラスした食品です。「乳」「菌」「発酵」といったヨーグルトの3つの力が、健康の保持・増進に役立っています。ヨーグルトの種類や栄養、乳酸菌の働きや健康効果に加えて、歴史や製造方法など、盛りだくさんな内容でお伝えします。
◇日時 7月18日(火) 13:30~15:00
◇講師 (株)明治 管理栄養士 米田 麻衣さん ◇定員 28人(申込順)
◇申込 前日までに、公民館へ



ヨーグルトの試食があります。

介護の不安を解決!~今から知る・今日から始める 介護の備え~「大人の安心講座」

介護が必要になったとき、毎日を快適に過ごすために「どのような準備をしたらよいのか」「どのような制度があるのか」を一緒に確認します。また、不安を解決するための「住まいの備え」「暮らしの備え」「財産の備え」等についてもお話しします。
○日時 8月24日(木) 13:30~15:00 ○講師 明治安田生命 大西 康弘さん
○定員 28人(申込順) ○申込 7月6日(木) から前日までに、公民館へ

講座開始前にベジチェック(野菜摂取量調査)があります。よろしければお受けください。

子どもわくわくランド(中学生から大人も参加できます!)「わくどき☆公民館」

「子どもわくわくランド」の内、次の講座は、中学生から大人の参加も可能です。申込は7月7日(金)からです。(小学生は7月4日から)締め切りは7月13日(木)です。

- ★ウエルカムボードを作ろう(中学生~大人) ◇日時:7月28日(金) 10:00~11:30
◇講師:ヨーロピアンフラワーデザイン連盟 認定講師 神原 佐智子さん ◇参加費:1,000円
◇持ち物:油性ペン(あれば)、持ち帰り用袋
- ★ウインナーの飾り切り教室(中学生~大人) ◇日時:8月3日(木) 10:00~12:00
◇講師:日本ハムカスタマー・コミュニケーション(株)飾り切り職人5名程度
◇持ち物:エプロン、持ち帰り用の入れ物(あれば保冷バッグ、保冷剤など)
- ★キラキラかわいい デコスイーツ作り(中学生) ◇日時:8月4日(金) 13:30~15:30
◇講師:ICING COOKIES ARTIST 佐藤 有里加さん ◇参加費:700円
◇持ち物:エプロン、三角巾、タオル、ふきん、タッパー、あれば5cm以内のクッキー型
- ★マンガ家体験「4コママンガをつくってみよう」(中学生) ◇日時:8月10日(木) 10:00~11:30
◇講師:中国デザイン専門学校 ビジュアルデザイン学科長 宮脇 成也さん ◇持ち物:筆記用具、色鉛筆

妹尾公民館のホームページから「主催講座」を開いていただくと、チラシをご確認いただけます。チラシは公民館にも置いてあります。

7月 文月(ふみつき) 主催講座と地域行事のご案内

8月 葉月(はづき)

1	土	大人の安心講座(家系図) 福祉音楽はるべ
3	月	丈夫で長生き(定例会) PC教室(グラフ)
6	木	いこいの家
7	金	市民健康講座(嚙下障害) 井戸マップ
8	土	福祉音楽はるべ
10	月	PC教室(グラフ)
13	木	いこいの家 定例相談所(妹尾地域センター 13~15時)
14	金	源氏物語を読む スマホ決済講座
15	土	みんなの学舎(歴史編) PC相談室
18	火	おいしい健康セミナー(ヨーグルト)
20	木	いこいの家 おはなしひろば
22	土	福祉音楽はるべ OH!習字(夏講座) パソコンでうちわ作り(夏講座)
24	月	せのお☆みらい塾
25	火	せのお☆みらい塾
27	木	いこいの家 せのお☆みらい塾
28	金	ウエルカムボード作り(夏講座)
29	土	スタートジュニア防災リーダー(夏講座) ゆるっと脳トレ
31	月	おやこですごそう FunFun タイム(リトミック) 竹ぼっくりと紙カン鉄砲(夏講座)
休館日		5(水) 12(水) 17(月) 19(水) 26(水)

3	木	いこいの家 飾り切り教室(夏講座) 定例相談所(妹尾地域センター 13~15時)
4	金	デコススイーツ作り(夏講座) 市民健康講座(おひざの健康と治療)
8	火	スタートジュニア防災リーダー(夏講座)
10	木	いこいの家 マンガ家体験(夏講座)
12	土	福祉音楽はるべ
15	火	精霊送り
17	木	いこいの家 おはなしひろば
18	金	源氏物語を読む
21	月	スタートジュニア防災リーダー(夏講座) 電気工作教室①; 上学年(夏講座)
22	火	せのお☆みらい塾 妹尾塾(水道) 岡高生とアクション(ポッチャ)
24	木	いこいの家 せのお☆みらい塾 大人の安心講座(介護の不安)
26	土	福祉音楽はるべ 電気工作教室②; 下学年(夏講座)
31	木	いこいの家
休館日		2(水) 9(水) 11(金) 16(水) 23(水) 30(水)



ロビー展示

水彩画(2階)
7月3日(月)午後~7月30日(日)
文房具きずなプロジェクト(1階)
7月21日(金)~8月4日(金)

夏の地域行事

- ◆わくぐり神事・夏越大祓
御前神社 7月20日(木) 18時~
箕島神社 7月 2日(日) 8~18時
 - ◆七日日祭
啓運山盛隆寺・大寺 8月7日(月)
 - ◆夏祭り開山踊り
呑海寺 8月16日(水) 17時半~
 - ◆箕島夏祭り
7月22日(土) 17時~19時 (箕島小学校)
 - ◆健康講演(ラジオ体操・市民体操)
8月6日(日) 8時~ (妹尾小学校体育館)
- 【公民館からのお知らせ】
- ◆ステンレス製ボトルの回収を6月22日から始めました。回収は、館内の回収ボックスで行います。開館時間内にお持ちください。
 - ◆精霊送り 8月15日(火)
詳細は回覧又は妹尾地域センターにご確認ください。



♪♪Instagramをご覧ください♪♪
主催講座や公民館の様子などを発信しています。気に入った投稿には“いいね”をお願いします。

クラブ講座紹介 カトレア料理

講師はいませんが、会員20名、予め献立を決め、主婦の経験を生かして、分担して調理をします。できた料理のことなどしゃべりながら、和気あいあいいただきます。次回の献立を決め、当番は買い物(四季それぞれの食材)をします。毎回、材料費を計算し、集金するシステムです。自宅で育った野菜を持ち寄り調理する時もあります。こんな会ですが、参加してみたいと思われる方は、気軽な気持ちでおいでください。
日時 第3火曜日 9:30~12:00
材料代 1回約400~500円
準備物 エプロン、三角巾
※見学や入会を希望される場合は、公民館にご連絡ください。



資源化物の回収

回収日 月・火・木・金曜日(開館日のみ) ※祝日は回収していません。
時間 9:00~12:00



パソコン教室

ITボランティアグループ 愛茶(アイティー:IT)クラブせのお

●パソコン教室の申込方法●

7月8日(木)から公民館窓口、電話で受付をします。定員になり次第締め切ります。8月はパソコン教室をお休みします。

パワーポイント入門

- ◆日時 9月2日、16日(土) 10:00~12:00
- ◆内容 簡単なスライドショーを作ります。
- ◆参加費 500円(全2回分)
- ◆定員 10人
- ◆申込締切 8月25日(金)



自分流のカレンダーを作ってみよう

- ◆日時 9月4日、11日(月) 10:00~12:00
- ◆内容 エクセルの日付関数を使ってカレンダーを作ります。
- ◆参加費 500円(全2回分)
- ◆定員 10人
- ◆申込締切 8月27日(日)

パソコン相談室 申し込み 参加費不要

9月16日(土)13:30~15:30

※8月はお休みです

14時までに相談者がいない場合は終了します。14時以降に来られる場合は、事前に連絡をお願いします。

ITボランティア募集

パソコン教室の企画や指導・支援を一緒にして下さるボランティアの仲間を募集しています。興味のある方はパソコン教室の時間にお越しください。都合のつく日だけで構いません。お待ちしております。

求む 小・中学生!

スタート ジュニア防災リーダー

地震が起きたとき、命を守るにはどうしたらいいかを学び、家族や周りの人に防災について伝えよう!

- ①7/29(土) 10:00~11:30 巨大地震が起きたら、妹尾・箕島はどうなる?
- ②8/8(火) 10:00~11:30 防災カードゲームに挑戦
- ③8/21(月) 10:00~12:00 非常時持ち出し袋のチェックと防災食
- ④9/2(土) 10:00~11:30 防災クイズづくり
- 対象・定員 小学5年生~中学生・20人
- 受講料 無料
- 持ち物 筆記用具 ③は非常時持ち出し袋と防災食(1食分)を持ってきてください。
- 申込受付 7月7日(金)~それぞれの回の1週間前までに公民館へ

※できるだけ、全4回参加してほしいですが、参加できない回がある場合は、申し込み時にお知らせください。

園芸ボランティア募集

原則毎月第4土曜日 10時~12時、公民館の花壇やプランターの手入れなどを行っています。花の植え替え等、興味のある方は妹尾公民館へ。

今年も園芸ボランティアのみなさんが、公民館南側にゴーヤやヘチマ、フウセンカズラを植えました。



★おやこですごそう FunFun タイム★

リトミックを楽しもう

手遊びやリズム遊びなど、親子で楽しめる内容です。リトミックの後は、妹尾・箕島たんぼぼ会の“おあそび会”にも参加できます。

- ★日時 7月31日(月) 10:00~12:00
- ★講師 尾銭 由美子さん
- ★定員 親子15組(定員になり次第締切)
- ★申込 7月6日(木)から前日までに公民館へ

おはなしひろば

お話ボランティアさんが、絵本を読みます。

- 日時 7月20日(木) 10:00~11:00 テーマ「かみしばい大会!」
- 8月17日(木) 10:00~11:00 テーマ「おばけだぞ~!おばけがいっぱい」
- 9月21日(木) 10:00~11:00 テーマ「だいすき!



おじいちゃん おばあちゃん♪

- 対象 幼児とその保護者 ●参加無料
- 申込 開催日の3日前までに公民館へ
- ※申込が無い場合は中止になります。

ゆるっと脳トシ

- ◎日時 7月29日(土) 13:30~15:30
- ◎内容 言葉や算数、記憶の問題を解きます。
- ◎受講無料
- ◎定員 28人(定員になり次第締め切り)
- ◎申込 7月6日(木)から7月25日(火)までに公民館へ

スマホ決済を使ってみよう!

- ◆日時 7月14日(金) 15:30~17:00
- ◆講師 PayPay株式会社
- ◆内容 スマホを使ってできること、「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
- ◆対象 スマホ決済に関心がある人
- ◆定員 28人(定員になり次第締切)
- ◆持ち物 筆記用具、自分のスマホ(お持ちの方)
- ◆申込 7月6日(木)から前日までに公民館へ

地域の井戸・史跡見て歩き(妹尾・箕島周辺見所絵図より)

55《林造井戸》 場所:箕島

かつては呑海寺周辺の30軒ほどの家々と、興除からも水を汲みに来ており、多くの人が飲み水として利用していた。水深がかなり深く、汲み上げることが困難なため、櫓を組んでつるべで汲み上げていた。



いこいの家に参加しませんか

“いこいの家”では、頭の体操をしたり、おしゃべりをしたり、楽しい時間を過ごしています。お気軽にご参加ください。

- 日時 原則 毎週木曜 9:30~12:00
- 場所 妹尾公民館 1階 美術工芸室
- 参加費 月200円

※初めて参加される方は、事前に公民館へ参加の申し込みをお願いします。



令和5年度 市民健康講座 申込不要



- 共催 岡山市立せのお病院 妹尾公民館
- 定員 28人 ●参加無料

7月7日(金) 14時~15時

「嚔下障害のリハビリ」
言語聴覚士 井上悠人さん

8月4日(金)14時~15時

「90回記念講演
おひざの健康と治療」
病院長(整形外科医) 臼井正明さん

9月1日(金)14時~15時

「介護や福祉のサービスについて」
医療ソーシャルワーカー 大久保亜紀さん

防災キャンプ2023が計画されています

とき 9月9日(土) 9:00~12:00
場所 妹尾小学校体育館
妹尾・箕島学区の防災キャンプが開催される予定です。詳細が決まり次第、チラシ等でお知らせします。

まなびや みんなの学舎 ~歴史編~

皆で地域の歴史を学びましょう!学ぶのは縄文時代から弥生時代。子どもも大人も一緒に学びます。親子で、お孫さんと、もちろん子どもだけ、大人だけでも大歓迎!疑似発掘体験もあります。

- 日時 7月15日(土) 13:30~15:30
- 講師 岡山市埋蔵文化財センター 田嶋正憲さん
- 対象 小学校5年生以上
- 定員 22人(定員になり次第締切)
- 申込 6月26日(月)から前日までに公民館へ