

# 上道公民館 だより



発行：岡山市立上道公民館

〒709-0631 岡山市東区東平島 191

Tel/Fax (086) 297-2377

[E-mail] joutoukouminkan@city.okayama.lg.jp

[URL] https://www.city.okayama.jp/shisei/0000032270.html

[フェイスブック] https://www.facebook.com/JoutouKouminkan

## ◇主催講座のご案内◇ 1ページ、4ページ

## ◇令和6年度クラブ講座のご案内◇ 2～3ページ

- 状況の変化により日程・内容を変更する場合があります。
- 講座の様子を記録撮影し、掲示物・web・報告冊子等で使用することがあります。
- お申し込み時にいただいた個人情報は、その講座のみに使用し、他の目的には使用しません。



## ESD 事業

## 上道地区の歴史を学ぶ会 \*参加無料

今回は、周辺整備などがホットな話題となっている、国史跡・浦間茶臼山古墳について学びます。

## ■第6回■

【日時】1月20日(土)

13時30分～15時30分

【内容】①話題提供：宇垣 匡雅 さん

(元岡山県立博物館 学芸員)

「浦間茶臼山古墳について」

②話題提供を受けての意見交換

【定員】40人(先着順)

【持ちもの】筆記用具

【申し込み】受付中。1月13日(土)締切  
来館か電話で

## 園芸講座

## リングバスケットで寄せ植えづくり

【日時】2月6日(火)13時30分～15時

【講師】公益財団法人 岡山市公園協会

【定員】15人(先着順)

【参加費】1,500円(当日集金)

【持ちもの】筆記用具、ビニール手袋、  
持ち帰り用の袋

【申し込み】1月5日(金)9時30分から受付。  
1月22日(月)15時締切  
来館か電話で

## 上道地域自主防災交流会 \*参加無料

地域で防災活動に携わる方や防災に関心のある方はぜひご参加ください。

## ■第2回■

【日時】3月9日(土)13時30分～15時30分

【内容】災害対応における個人情報の取り扱い等について

【講師】岡山市危機管理室 職員

【定員】30人程度(先着順)

【申し込み】2月1日(木)から受付。  
2月29日(木)締切  
来館か電話で

## 上道の自然を満喫しよう

## 冬の野鳥観察 \*参加無料

共催：岡山県立青少年農林文化センター三徳園

【日時】2月3日(土)10時～12時

\*雨天の場合、中止します。

【集合・解散場所】三徳園 矢野館  
(岡山市東区竹原 505)【講師】森本 章男さん  
(日本野鳥の会 岡山県支部)【対象】小学生から大人まで 15人(先着順)  
※小3以下は保護者と一緒に【持ちもの】あれば双眼鏡、  
水分補給用の飲みもの

【申し込み】受付中。  
来館か電話で



## おはなしの会

\*参加無料

「小鳥の森文庫」によるストーリー  
テリングや絵本の読み聞かせです。



【日時】1月13日、2月10日  
11時～11時30分(毎月第2土曜)

【内容】  
1月「うさぎとひきもち争い」「干支のはじまり」  
「はっけよいのびんぼうがみ」  
2月「ミミズの鳴き声」「こすずめのぼうけん」  
【会場】上道公民館 1階ロビー(キッズコーナー)  
【申し込み】事前申込不要

# ◇令和6年度 クラブ講座のご案内◇

令和6年度（令和6年4月～令和7年3月）クラブ講座の一覧です。  
定員に余裕があるクラブへの申し込みを、先着順で受け付けます。

定員の空き状況  
×「定員いっぱいです」  
△「あと数人で定員です」

	クラブ名	講師名	曜日	時間	受講料(月額)	定員	空き状況	備考
~~~~~ 書 道 ~~~~~								
1	書 道	小野 玲華	2・4月	10:00~12:00	1,000円	15	×	かな、漢字、 実用書道、硬筆 要材料代
~~~~~ 美術・手芸・手工芸 ~~~~~								
2	日 本 画	出射 満津子	1・3月	13:00~15:00	1,000円	20		要材料代
3	キルト手芸	金光 叔子	2・4月	13:00~15:00	1,000円	15		要材料代
4	はじめての水彩画	有馬 東次	4月	13:00~17:00	1,000円	15		要モチーフ代
5	絵 手 紙	中谷 典子	1・3金	13:00~15:00	1,000円	20		材料代300円/月
6	草 木 染		3金	10:00~12:00 13:00~15:00	無 料	10	×	材料代3000円/年
7	表 装	石原 稔	2・4土	9:30~11:30	無 料	10		要材料代
8	備 前 焼		1・3日	9:30~11:30	無 料	15	△	要粘土代・焼代
9	洋 裁	上西 喜美子	1・3日	10:00~12:00	1,000円	10	×	要雑費100円/年
~~~~~ 着 付 ~~~~~								
10	きもの着付	宇垣 睦淑	2・4火	10:00~12:00	1,000円	20		初歩から実技指導
~~~~~ 華 道 ・ 茶 道 ~~~~~								
11	華 道 ( 専 敬 流 )	小坂 薫風	2・4火	13:30~15:00	1,000円	10		花代1100円/回
12	華 道 ( 池 坊 )	岸田 洋枝	2・4金	10:00~11:00	1回500円	10		花代800円/回
13	茶 道 ( 裏 千 家 ) 昼	片平 宗津	1・3火	13:00~15:00	1,000円	10	×	お水屋料 月500円
14	茶 道 ( 裏 千 家 ) 夜	藤原 宗生	1・3火	18:30~20:30	1,000円	10		お水屋料 月500円
~~~~~ 舞 踊 ~~~~~								
15	スマイルフラ	坂本 陽名子	2・4火	10:00~12:00	500円	20	△	フラ 講師指導週と自 主練習週あり 要曲 代・レシビ代
16	モアニフラ	高瀬 洋子	1・3金	13:00~15:00	1,000円	20		フラ 要テキスト代 500円/月
17	ウェリナ・ロケラニ	坂本 陽名子	2・4金	19:00~21:00	1,000円	20		フラ 子どもから大人 まで対象 要曲代・レシビ代500 円/回
18	ホイホイフラ	房安 弘子	1土	15:30~17:30	500円	20	△	フラ 女性のみ(子ども も可) 要CD代500円/月
19	アロアロフラ	高瀬 洋子	1・3土	18:00~20:00	1,000円	25		フラ 親子、子ども、 大人対象 要テキスト代500円/ 月
20	新 舞 踊	藤間 富珠	3土	15:30~17:30	500円	10		
~~~~~ 料 理 ~~~~~								
21	手ごねパンA	松井 真由美	1木	9:30~12:00	500円	16		材料代500円程度
22	ケーキとパン	松井 真由美	1木	13:00~15:00	500円	16	△	材料代500円程度
23	手ごねパンB	松井 真由美	3木	9:30~12:00	500円	16	△	材料代500円程度
24	季節の和菓子	藤原 益子	偶数月 1金	9:30~12:00	500円	20	×	材料代500円
~~~~~ 健康・スポーツ ~~~~~								
25	上道ノルディック・ウォーク	指導者代表 中尾 範雅	1月	10:00~12:00	無 料	30		要雑費500円/随時
26	太 極 剣	多田 玉恵	1・3月	13:00~15:00	1,000円	10	△	太極拳の基礎ができて いる人
27	さわやか卓球		1・3月	15:30~17:30	無 料	22	△	要雑費200円/月

	クラブ名	講師名	曜日	時間	受講料(月額)	定員	空き状況	備考
28	太極拳	多田 玉恵	2・4月	10:00~12:00	1,000円	25		
29	上道ソシアルダンス	矢部 桂	2・4月	19:00~21:00	1,000円	20	△	要雑費400円/月
30	ストレッチ体操	山本 枝美子	1・3火	10:00~12:00	1,000円	30		
31	いきいき小鳥の森		1・3火	10:00~12:00	無料	25		「あつ晴れ!もも太郎体操」やゲーム等 要雑費500円/年
32	3B体操	渋谷 伸子	1・3木	10:00~12:00	1回500円	20		用具代(希望者)
33	ヨガ	大上 美佐子	1・3木	10:00~12:00	1,000円	13	×	要雑費100円/年
34	太極扇	村卸 富沙子	1・3木	13:00~15:00	1,000円	15		
35	中高年の 体幹ストレッチ	西崎 裕美	1・3木	15:30~16:30	1,000円	10	×	
36	リラックスヨガ	野村 友香	1・3木	19:00~20:30	1,000円	20		女性のみ(子どもも可)
37	SKB健康体操	千田 節子	2・4木	10:00~11:30	1回500円	30		
38	中高年の 体幹トレーニング	長船 順子	2・4木	13:30~14:30	1,000円	10	×	
39	レインボー卓球		1・3金	10:00~12:00	無料	23	×	要雑費200円/月
40	わいわい卓球		1・3金	18:30~20:30	無料	15		
41	ゆる体操	小野 勝之	4金	13:00~15:00	500円	13	△	体幹をゆるめる体操
~~~~~ 音楽・邦楽 ~~~~~								
42	大正琴(欽正会)	大岩 欽正	1・3月	13:00~15:00	1,000円	10		要教本代3000円
43	詩吟(関心流)	有森 芳由	2・4火	10:00~12:00	1,000円	12		要教範代
44	アコーディオンと共 うたごえ上道	桧山 武雄	2火	13:00~15:00	500円	50		要雑費500円/年 要歌集代(初回のみ) 1530円
45	岡山合唱団		1・3土	10:00~12:00	無料	30		要雑費500円/回
46	オカリナ		1・3土	10:00~12:00	無料	15		
47	いきいきピアノ	榎尾 裕子	1・3土	13:00~15:00	1,000円	12	×	要雑費200円/月 グループレッスンと個人 レッスン
48	お琴を楽しむ会	西方 博子	1・3土	13:00~15:00	1,000円	12		幼児から高齢者まで対 象 個人レッスンと合奏 要雑費500円/月
~~~~~ 語 学 ~~~~~								
49	韓国語	尾崎 才林	1・3木	10:30~12:00	1,000円	25		要テキスト・辞書代
50	中国語	梶田 雪娟	1・3金	10:00~12:00	1,000円	20		要本代
~~~~~ 趣 味 ~~~~~								
51	カラオケ		1・3火	13:00~15:00	無料	20	△	要雑費100円/年
52	囲碁同好会		1・3木	10:00~12:00	無料	20	△	月例大会は要実費
53	乗りものを楽しむ会		3木	13:00~15:00	無料	30		各種交通機関の歴史を 調べたり、訪ねたりす る
54	上道山野草	金高 正典	偶数月 1金	13:00~16:00	500円	20		要材料代1,000~ 1,500円
~~~~~ 文 芸 ~~~~~								
55	短歌	村上 章子	1金	13:00~15:00	500円	15		要雑費100円/月
~~~~~ 子 ど も ~~~~~								
56	ジュニア3B体操	渋谷 伸子	1・3木	17:00~18:00	1回500円	20		用具代(希望者)
57	上道子ども将棋	日本将棋連盟公 認将棋普及指導 員	2・4日	10:00~12:00	無料	33	△	要雑費500円/半年 4~12歳及び保護者対 象

### ◇主催講座のご案内◇

#### 初歩からのパソコン・スマホなんでも相談

\*参加無料



公民館 IT ボランティア「PC 上道」スタッフが、パソコン・スマホ・タブレットに関する相談にお答えします。

パソコン等の機器は、持ち込みをおすすめします。

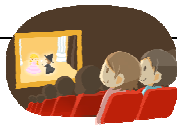
【日時】 1月14日・28日、2月25日  
(第2・4日曜) 14時～16時

【申し込み】 受付中。来館か電話で。  
相談内容・使用機器(OS)・機器持ち込みの有無をお知らせください  
各実施日の5日前(火曜日)締切

#### 上道キネマ倶楽部

\*参加無料

1月23日(火) 13:30～15:10  
**汚れなき悪戯** (1955年 スペイン)  
生後すぐに修道院の前に置き去りにされ、修道士たちの手で育てられた少年の身に起きた奇跡を描いた名作映画。



2月27日(火) 13:30～15:40  
**夏の嵐** (1954年 イタリア)  
イタリア統一戦争下のヴェネツィアを舞台に、敵国同士にありながら不倫の恋に落ちてしまう伯爵夫人と美しい青年将校の悲恋を描いていく。

【定員】 各回当日先着概ね 50 人  
【持ちもの】 必要なら、水分補給用の飲みもの  
【申し込み】 事前申し込み不要

#### じょうとう介護予防教室 \*参加無料

1月25日(木) 13時30分～15時30分  
痩せているのに肥満!?サルコペニア肥満とは  
2月22日(木) 13時30分～15時30分  
いつ食べる?時間栄養学で体のリズムを整える!

【対象】 おおむね 65 歳以上の岡山市民  
【定員】 各回当日先着 60 人(事前申込不要)  
【持ちもの】 筆記用具、水分補給用の飲みもの、動きやすい服装・靴で  
【主催・問い合わせ】 岡山市介護予防センター (TEL086-274-5211)

◇「プラ資源回収」開始にあたって◇  
公民館での「食品トレイ(発泡・透明)」の回収は、2月末で廃止になります。

### ロビー展

#### ■上道中学校 1 年生「逃げ地図」

【日程】 開催中～1月30日(火)

【場所】 上道公民館  
2階 南廊下



#### ■日本画クラブ

【日程】 2月6日(火)～18日(日)

【場所】 上道公民館 2階ロビー(エレベーター横)

### ◇お知らせ◇

#### お味噌手作りイベント

【対象】 AYA 世代(15～39 歳前後)がん経験者  
AYA 世代がん経験者に共感できるがん経験者  
その家族、友人。がんに携わる医療従事者

お味噌は1キロ持ち帰り。みんなでワイワイおしゃべりしながら、お味噌を使った丼ぶり汁物のランチを楽しんでみませんか。

【主催】 若年性がんサポートグループ AYACan!!  
【日時】 1月28日(日) 10時～13時  
【講師】 松井真由美 さん (Bread school Delice)  
【定員】 16 人(先着順)※小さなお子様の参加可  
【参加費】 1,800 円(材料代含)  
【会場】 上道公民館 料理講座室

【申し込み】 1月12日(金)までに  
右の二次元バーコード  
から AYACan!!へ



### ◇公民館休館日◇

水曜・国民の祝日・水曜が祝日の場合はその翌日も・年末年始(12月28日～1月4日)

\*同一施設内ですが、地域センターとは異なります。

	日	月	火	水	木	金	土	
1月		1	2	3	4	5	6	
	7	8	9	10	11	12	13	
	14	15	16	17	18	19	20	
	21	22	23	24	25	26	27	
	28	29	30	31	1	2	3	
	2月	4	5	6	7	8	9	10
		11	12	13	14	15	16	17
18		19	20	21	22	23	24	
25		26	27	28	29			

