

さんなん防災会議

「地震と津波の防災について」

- ・困ったことにならないためには？
- ・そして、南海トラフ地震に備える！

- ◆日時 2月29日(木)
13時30分～15時30分
- ◆講師 川上 徹人 さん
(岡山地方気象台 南海トラフ地震防災官)
- ◆定員 50名(先着順)
- ◆申込 必要(電話可)

さんなん防災を語る会
メンバー募集！
山南地域のこれからの
防災について気軽に語り
合いませんか。毎月1回、
土曜日を予定していま
す。詳しくは地域担当
職員の大音(おおと)
まで。

あけましておめでとうございます
今年もどうぞよろしくお願いいたします

山南だより

岡山市立山南公民館
〒704-8132
岡山市東区邑久郷 688
TEL/FAX 946-8165

野外活動講座

バームクーヘンを作ろう！

- ◆日時 2月17日(土) 10時～13時
- ◆講師 花口 光 さん(岡山市自然保護活動推進員)
- ◆集合場所 花口農園駐車場
- ◆定員 25名(先着順) ※小学2年生以下は保護者同伴
- ◆参加費 300円(当日集金)
- ◆持ち物 飲み物、帽子、手ふき、軍手、マスク
- ◆申込 2月13日(火)までに公民館へ(電話可)



【次回の予告】

春の野草を食べよう！

- ◆日時 3月9日(土)
10時～13時
- ◆講師 花口 光 さん
(岡山市自然保護活動推進員)
- ※詳細は次号に掲載します

子育て座談会

からだのセルフケアについて

あなたのからだについて、ひとりひとりにあった運動方法を知りたくありませんか？

産後何年たってもOK！からだが硬くてもOK！

腰痛や肩こり、産後の体形もどしについて、無理なく楽しく学びましょう★

- ◆日時 1月16日(火) 10時～12時
- ◆講師 濱田 由紀 さん(理学療法士)
- ◆対象 就学前の子ども保護者
- ◆定員 10名(先着順) ※子ども同伴可
- ◆申込 1月11日(木)までに公民館へ(電話可)



山南ふれあい講座 犬島探訪

犬島に暮らしている方や働いている方と一緒に過ごし、「犬島」を体験しましょう♪

- ① 1月29日(月) 10時50分～15時30分
「犬島の暮らし～島を歩いて暮らしを知ろう～」
岩井 智幸 さん(犬島とと倶楽部代表理事)
※荒天時は2月5日(月)へ延期

- ② 3月2日(土) 10時50分～16時
「犬島精錬所美術館
～犬島スタッフガイドツアーで楽しもう～」
※荒天時は3月8日(金)へ延期

<注意>一部に勾配の急な階段があります。
館内には一部暗い場所があります。

- ◆集合・解散 宝伝港・船乗り場
- ◆定員 12名(先着順)
- ◆参加費 ①1,900円(船代、昼食代)
②4,400円(船代、昼食代、鑑賞料)
※宝伝での駐車場代は各自必要です
- ◆申込 参加費を添えて公民館へ(電話不可)
- ◆〆切 ①1月22日(月)
②2月24日(土)



みんな de 音楽会

音 de 元気に!! 唄 de 元気に!! 和太鼓 de 笑顔に!!

- ◆日時 1月14日(日) 11時～12時
(和太鼓体験：開演終演前後30分)
- ◆曲目 「宵待草」「荒馬踊り」「南部俵積み唄」等
〈和太鼓で唄おう〉
大宮小音頭、山南中学校校歌、山南学園校歌
- ◆出演 山南公民館クラブ
和太鼓山南土鈍鼓鈍の皆さん
- ◆申込 不要



1月

山南地区コミュニティカレンダー

山南学区で行われている活動を中心に紹介しています。

日	月	火	水	木	金	土
	1 元日	2	3	4	5 Ⓞおしゃべりサロン Ⓞ一宮げんきクラブ	6 Ⓞ色鉛筆画展 (~1月20日) Ⓞ大上なかよし会
7	8 成人の日 Ⓞ四ッ谷いきいきサロン	9	10 Ⓞ一般健康相談(要予約) Ⓞさんさん育児相談(要予約)	11	12 Ⓞ宝伝大師堂友之会 Ⓞ一宮げんきクラブ	13
14 Ⓞみんな de 音楽会	15 Ⓞシニアのための健康相談(要予約) Ⓞ柿原すみれ会	16 Ⓞ子育て座談会 Ⓞいまこそスマホ	17 Ⓞ一宮げんきクラブ	18 Ⓞすだちの家 パン販売	19 ⓄⓄ山南いきいき教室	20
21	22 Ⓞ日本画展 (~2月17日)	23 Ⓞわんわんいきいきサロン	24 Ⓞ三歳児健診 Ⓞ一宮げんきクラブ	25 Ⓞ1歳6か月児健診	26 Ⓞ三歳児健診 Ⓞ久々井いきいきサロン	27
28	29 Ⓞ山南ふれあい講座	30 Ⓞいまこそスマホ	31			

2月

福祉や教育に関する内容に限らず、地域のさまざまな行事やイベントについても掲載していきます。紙面についてのお問い合わせは山南公民館まで(電話946-8165)。

日	月	火	水	木	金	土
				1 Ⓞすだちの家 パン販売	2 Ⓞおしゃべりサロン Ⓞ一宮げんきクラブ	3 Ⓞうたごえ広場 オープンデイ Ⓞ大上なかよし会
4	5 Ⓞ3B 体操 オープンクラブ Ⓞ四ッ谷いきいきサロン Ⓞ柿原すみれ会	6 Ⓞシアター山南 Ⓞ離乳食講習会(要予約)	7 Ⓞ一般健康相談(要予約) Ⓞさんさん育児相談(要予約)	8 Ⓞサロン交流会 Ⓞこころの健康相談(要予約)	9 Ⓞ宝伝大師堂友之会 Ⓞ久々井いきいきサロン Ⓞ一宮げんきクラブ	10
11 建国記念の日	12 Ⓞ3B 体操 オープンクラブ	13 Ⓞ自然保護活動 (セトウチサンショウ ウオ夜の生態観察)	14	15	16 Ⓞ山南さわやか大学 ⓄⓄ山南いきいき教室 Ⓞ久々井いきいきサロン	17 Ⓞ野外活動講座
18	19 Ⓞ3B 体操 オープンクラブ Ⓞシニアのための健康相談(要予約)	20	21 Ⓞ一宮げんきクラブ	22 Ⓞ犬島げんきクラブ Ⓞ1歳6か月児健診	23 天皇誕生日	24 Ⓞみんなで歌おう
25	26 Ⓞクラブ代表者会 Ⓞ3B 体操 オープンクラブ	27 Ⓞ毛糸で DIY わが ままニットクラブ展 (~3月10日) Ⓞわんわんいきいきサロン	28 Ⓞ三歳児健診 Ⓞ一宮げんきクラブ	29 Ⓞさんなん防災会議 Ⓞ1歳6か月児健診		



~各種行事の詳細(予約・時間等)については、こちらへお問合せください~

- Ⓞ 東区保健センター Tel 943-3210 Ⓞ 山南公民館 Tel 946-8165
- Ⓞ 東区地域包括支援センター Tel 944-1866 Ⓞ 社会福祉協議会東区事務所 Tel 942-3260
- Ⓞ 介護予防センター Tel 274-5211 Ⓞ 福祉交流プラザ山南 Tel 946-1543

※中止または延期など、変更になる可能性があります。詳しくは各機関までお尋ねください。

シアター山南

- ◆2月6日(火) 13時30分~16時
『映画 続・深夜食堂』(2016年/日本)
〈出演〉
小林薫、河井青葉、佐藤浩市、
池松壮亮、キムラ緑子、他
 - ◆定員 20名(先着順)
 - ◆申込 必要(電話可)
- ※準備・片付けは参加する皆さんと一緒に
行います。準備ができ次第、上映となりますので、
ご協力をお願いします。



いまこそスマホ

~LINEのおさらいとハレ活アプリ~

- ◆1月16日(火) 13時30分~15時
LINEのおさらい、災害用伝言ダイヤル171の利用体験
- ◆1月30日(火) 13時30分~15時
OKAYAMAハレ活の説明とアプリのダウンロード
WEB版ハザードマップの利用体験
- ◆定員 24名(先着順)
- ◆申込 必要(電話可)



みんなで歌おう 懐かしの青春歌謡

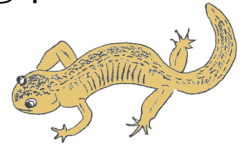
ギターにあわせて、懐かしの青春歌謡
と一緒に歌いませんか。



- ◆日時 2月24日(土) 14時~15時30分
- ◆ギター演奏 延原 範明 さん
- ◆曲目(予定)「寒い朝」「君だけを」
「わたしの城下町」等
- ◆定員 20名(先着順)
- ◆申込 2月20日(火)までに公民館へ

自然保護活動 セトウチサンショウウオ 夜の生態観察

絶滅危惧種のセトウチサンショウウオを、
地域の人みんなで守りましょう!



- ◆日時 2月13日(火)
20時~21時
- ◆集合 花口農園倉庫
- ◆講師 花口 光 さん
(岡山市自然保護活動推進員)
- ◆申込 必要(電話可)

山南いきいき教室

介護予防教室

共催：市ふれあい介護予防センター

- 1月19日(金)
13時30分~15時30分
知ろう、舌の役割
始めよう、舌のトレーニング
- 2月16日(金)
13時30分~15時30分
知っておこう!脳卒中のこと
- 対象 おおむね65歳以上の方
- 持ち物 筆記用具・上履き・飲み物
- 申込 不要

山南ふるさと百人一首

平成26年度に作成した「山南ふる
さと百人一首」。意外と知らない山南
学区の魅力を、百人一首
で紹介していきます。



犬島自然の家
犬島の自然の家の天文台
覗く子供の眼は輝け

岡山市立・犬島自然の家は、旧犬島
小・中学校の跡地へ開設された社会教
育施設である。この施設は宿泊ができ、
四季を通して海洋レジャーなどに利用
できる。また、本格的な天文台を併設
しており、天体観測が楽しめる。

山南学園の情報コーナー

11月7日(火)、岡山市東消防署

や山南地区の消防団、
岡山大学病院のスタッ
フの方々協力いただ
き、特別消防訓練を
実施しました。煙に見立
てた水蒸気や瓦礫に見
立てたプラスチックで、
いつもと違った消防訓
練です。逃げ遅れた人
を想定して梯子車で救助する訓練
もありました。消防隊の方々の俊
敏な行動を見て、映画やドラマみ
たい!とつぶやく子もいました。
訓練を通して、速さだけではなく
安全で確実に避難することの大切
さ」を学ぶことができました。



11月10日(金)には学習発表会
を行いました。1・2時間目は、
サブアリーナで2年生と4年生の
合唱や合奏です。元気に歌う様子
や演奏する様子は堂々としてお
り、練習の成果を存分
に発揮していました。
3時間目は1年生が教
室でグループ発表、4
時間目は3年生が各教
室で学習成果を発表し
ました。しっかり準備
と練習をしていたこと
が何れ、どの学年も
確かな成長を感じられました。



◆クラブ活動の様子を見学することはいつでもできます。初めての方も大歓迎です。
活動日を変更している場合もありますので、見学希望の方は事前に公民館にお問合せください。

山南学区

サロン&集いの場 交流会

山南地域のサロンや集いの場で活動している方の交流会です。



- ◆日時 2月8日(木) 13時30分~15時30分
- ◆定員 20名(先着順)
- ◆申込 2月5日(月)までに公民館へ(電話可)

■2月16日(金) 10時~12時
 ざんなん寄席
 『笑って笑って歳初め』
 嘶の会じゅげむ岡山支店
 守安 治雄 さん 他

■対象 おおむね60歳以上の方

■定員 各回60名(先着順)

■申込 必要(電話可)

※来年度の日程については、3月末にチラシで配布予定です。

山南さわやか大学

2024年カレンダーのリユースコーナー

ご家庭で使わない2024年(令和6年)新品カレンダーや手帳の有効活用コーナーです。
 持ち込み・持ち帰り期間…1月14日(日)まで。

クラブ代表者会

2月26日(月)10時~12時

新年度の代表者は必ずご参加ください。都合がつかない場合は、代理の方の出席をお願いします。

■2月22日(木) 11時~14時
 懐かしい歌を歌いましょ
 『ライヤールの音色とともに』
 ライヤー奏者
 十川 知子 さん

■場所 犬島コミュニティハウス

※参加には、船代・昼食代・駐車代(車の方)が必要
 必要です。

※島の皆さんとの交流・昼食会の後に、講座があります。

犬島げんきクラブ



オープン・クラブのご案内

公民館まつりに代えて、2つのクラブが体験会を計画しました。ぜひお越しください♪

- ◆山南うたごえ広場 2/3(土) 10時~12時
あなたのお好きな歌をみんなで歌いましょう。
- ◆3B体操 2/5、12、19、26(月) 13時~15時
みんなで楽しく身体を動かして、心も体もリフレッシュしましょう。運動ができる服装で、体育館シューズとバスタオルをお持ちください。

おしゃべりサロン

- ◆1月5日(金) 10時~12時
「タイの思い出~日本人学校に勤務して~」
岡 浩史 さん(山南学園教頭)
- ◆2月2日(金) 10時~12時
「歌って寒さを吹き飛ばそう」
- ◆3月1日(金) 10時~12時
「1年を振り返って」
- ◆定員 各20名(先着順)
- ◆申込 必要(電話可)



ロビー展のご案内

- ◆岡山の風景
山口勝也 色鉛筆画展
1/6(土)~1/20(土)
- ◆日本画展
1/22(月)~2/17(土)
- ◆毛糸でDIY
わがままニットクラブ展
2/27(火)~3/10(日)

●年末年始(休館日)
 12月27日(水)~1月4日(木)
 閉館時には、資源物回収所のご利用をお控えください。

●印刷時のおお願い
 原稿を預かってから、後日お渡しになる場合もありますので、ご了承ください。また、原稿には周囲に5mm程度の余白が必要です。

●食品トレイ回収について
 プラスチック資源分別回収の開始に伴い、公民館での食品トレイ回収は2月末で終了となります。

●公民館ロビーで、社会福祉法人大樹の会すだちの家の皆さんによるパンの販売があります。
 第1木曜日 14時半頃~15時頃
 売切れ次第終了)
 ※1月は第3木曜日になります。

公民館からのお知らせ

☺ 山南公民館だよりは年6回発行しており、各町内会長のご厚意で山南地区全戸に配布いただいています。いつもご協力をありがとうございます。次号は3月1日発行予定です。