

# 瀬戸公民館だより

★出会う ★つながる ★学び合う ★活躍する

No.154 令和6年(2024)2月1日号

■発行■  
岡山市立瀬戸公民館  
〒709-0861 岡山市東区  
瀬戸町瀬戸54-1

☎086-952-4146 ㊚086-952-4163

【メールアドレス】 setokoumin@city.okayama.lg.jp

開館時間 9:30~21:00 水曜日・祝日休館  
(日曜日は17:00まで) (水曜が祝日の場合は翌木曜も休館)

せと\*オトナの夜学 2月と3月もさまざまな講座を開講

## 2月『覚えておきたいストレスケア』

★日時: 2/16(金) 19:00~20:30 **【オンライン講座】**  
★定員等: 高校生以上の方12名(先着順)  
★講師: 心理カウンセラー 井上 隆裕 さん  
★申込: 1/26(金)から受付中(来館または電話)

要申込

## 3月『タイ式ヨガでリフレッシュ』

★日時: 3/15(金) 19:00~20:30  
★定員等: 高校生以上の方10名(先着順)  
★講師: タイ式ヨガ講師 吉岡 宏一郎 さん  
★申込: 1/26(金)から受付中(来館または電話)

要申込

## スマホを学ぼう!!ゼロからはじめるスマホ教室

★日時: 2/27(火) 13:30~15:00  
★定員: 10名(先着順) <スマホ貸出有(要事前申込)>

要申込

【講師】 ソフトバンク株式会社 スマホアドバイザー  
【申込】 2/5(月)10時から受付

携帯の会社や機種は不問です

※先着順・来館のみ受付します<1人につき1名分まで>

## あなたのデジタルライフを応援します!!

### パソコンミニ講座 ChatGPTを体験しよう!!

★日時: 2/8(木) 10:00~11:00  
★定員: 5名(先着順) ★講師: 瀬戸公民館職員  
★持ち物: 筆記用具、ノートパソコン(無線LAN機能搭載)  
★申込: 受付中 ※先着順・来館のみ受付<1人1名のみ>

要申込

## 瀬戸いきいき教室 毎月介護予防教室

★日時: 2/16(金) 10:00~12:00  
★内容: 「痩せているのに肥満?サルベコニア肥満とは」

申込不要

詳細は岡山市ふれあい介護予防センターへ (086-274-5211)

### 各種無料相談会 (先着順・予約受付無し)

- 司法書士による法律相談 2/10(土) 9:30~12:00
- 行政・人権相談 2/15(木) 9:30~11:30
- ひまわり福祉相談センター 2/20(火) 13:00~16:00

専用スペースを開放します  
みんなの自習室  
(10:00~18:00)

3(土)/4(日)/10(土)/17(土)/24(土)  
※日曜日は17時までの利用となります。  
※予約はできません。譲り合ってください。  
※右記「ロビー利用時のお願い」を守って使しましょう。



## 第6回 せと\*つながりひろば

3/2(土)10:00~13:00 瀬戸公民館

「せと\*つながり隊」として、旧瀬戸町地域で活動を続けている福祉事業所が集います。

- 野菜などの生産品、手芸品、パン、菓子等の販売
- カフェコーナー ●事業所の活動紹介
- 子ども向け遊びコーナー ●相談コーナー (予定)



## 和太鼓であそぼう!!

【3歳~小学生とその保護者対象】 2/16(金)19:00~20:00

- ★定員: 親子6組 ★申込: 受付中
- ★講師: 閑谷ワークセンター・せと職員
- ★詳細: 学校園経由で配布するチラシ参照



## 教育講演会 ゴードンメソッドで子どもが変わる!自立心を育てる親業コミュニケーション

★日時: 3/2(土) 10:00~12:00 (9:30開場)  
★講師: 親業訓練インストラクター 池田 真理子 先生  
★参加費: 無料  
★申込方法: 右記専用フォーム・瀬戸公民館への電話  
★受付期間: 2/5(月)~3/1(金)

要申込



自習コーナー  
設けます

上記時間に、小中学生が対象の自習コーナーを設けます。参加ご希望の方は、上記QRコードからお申し込みください。

## シリーズ防災 もしも、自宅や車が水没したら? 災害時に備える、役立つ金融知識

★日時: 2/13(火) 13:30~14:30 (9:30開場)  
★講師: ファイナンシャルプランナー 佐藤 香名 さん  
★申込方法: 瀬戸公民館窓口または電話 ★受付期間: 受付中

要申込

## 初心者のためのパソコン相談室

★日時: 2/22(木) ①10:00~②10:45~  
★定員: ①②各2名(先着順) ★申込締切: 2/18(日)  
※機器の故障修理は不可。内容によっては対応できない場合があります。

パソコンボランティアが丁寧にサポート。

要申込

## シアター&ちょこっとスタディ SET02023

★日時: 2/16(金) 13:30~15:30  
★内容: 「汚れなき悪戯 (1955年スペイン)」 & 「あなたの老後の資金が奪われる」

要申込

## さんかくカレッジ基礎コース関連講座 『サクラサク』映画会

認知症の父親と息子、家族の関係を描いた作品。シンガーソングライター・さだまさし氏原作の映画を上映します。

★日時: 2/29(木) 10:00~12:00  
★定員: 40名(先着順) ★参加費: 無料

要申込

## 瀬戸公民館をご利用 & ご愛顧くださるみなさまへ

- 発熱等の体調不良が見られる際は、来館をお控えください。
- 紙面は1月15日時点で作成しました。(内容変更の場合あり)
- 掲載の内容は、事情により変更する場合があります。
- 受付時、混雑緩和のための整理券を配布する事があります。

ロビー利用時のお願い

- 使用後の机・椅子は元の位置に戻してください。
- 使用後は、使用票を必ず提出してください。
- 他の利用者のご迷惑にならないよう、会話の音量を気を付けるなど、ご配慮をお願いします。

【2月の休館日】 7(水)/11(日・祝)/14(水)/21(水)/23(金・祝)/28(水)  
【2月の公民館トライアルデー】 今月は休止します。

~裏面の「万富公民館だより」もご覧ください~  
QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。