

津高公民館だより

第197号

発行日: 令和7年7月

発行: 岡山市立津高公民館
〒701-1144 岡山市北区栢谷 1677

Tel・Fax 086-294-4222

tsudakakouminkan@city.okayama.lg.jp

https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011371.htm



メール ホームページ

主催講座案内(7・8月開催)

支える みんなの 活動講座 in 津高公民館

地域で支えあいの活動に取り組みたい人のための講座です。
活動のための知識を学び、実践者の話や支え合い体験ゲームなどを通して
具体的な活動のイメージ作りを行います。

【日 時】 第1回 9月12日(金) 14:00~16:00

【内 容】 ・講話「地域活動、はじめの第一歩」

講師: シニアサポート倶楽部「ねこの手妹尾」代表 森本 美智子氏

・カードゲームで支え合い体験

【日 時】 第2回 9月26日(金) 14:00~16:00

【内 容】 ・「地域で活動している人の体験談を聞こう」

発表者: あっ晴れ吉宗サロン 代表 深井 純一氏

・「ちょっとチャレンジ!」したいことを語ろう

【会 場】 津高公民館 【定 員】 20名 【申 込】 津高公民館窓口または電話、Fax

【問い合わせ】 岡山市社会福祉協会北区北事務所(086)-250-2007



天体観望会 in 津高

【日 時】 7月12日(土) 19:30~21:00

【対 象】 小学生以上(保護者同伴)

【定 員】 30名

【開催場所】 津高公民館隣の駐車場

【持ち物】 温度調節できる服装

※雨天・曇天の場合は、上履き
(公民館室内で星空のトピックス
のお話をします。)

【申 込】 津高公民館窓口または電話



津高ふれあい元気教室

【日 時】 7月15日(火) 13:30~15:30

【内 容】 体質タイプ別!

食事で元気なカラダのつくり方

【日 時】 8月19日(火) 13:30~15:30

【内 容】 ちょっと気になる、排尿障害のお話

【定 員】 なし

【場 所】 津高公民館 1階実技室

【受講料】 無料

【対 象】 おおむね 65歳以上の方

【持ち物】 筆記用具、上履き、お茶など

【申 込】 不要



パソコン相談室

【日 時】 7月19日(土) 13:30~15:30

【受講料】 100円

【対 象】 どなたでも

【申 込】 必要

【定 員】 なし



【各講座の申込方法】 電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-294-4222

<開館時間> 9時30分~21時(日曜日は~17時) <休館日> 水曜・祝日(水曜と祝日が重なる場合は翌日木曜日)



ゆるりふらっと介護カフェ

介護予防、認知症予防、認知症の理解などをテーマにお互いに話をしたり、専門職に相談したりできます。楽しいイベントや軽い体操もおこないます。

【日時】7月17日(木)14:00～16:00

【内容】認知症になる前に財産管理
講師：中国銀行

【日時】8月21日(木)14:00～16:00

【内容】毎日が楽しくなる終活
「逆転人生のススメ」

講師：(一社)おかやまスマイルライフ協会
代表 宮地 勇 氏

【参加費】100円(お茶代) 【定員】20名程度

【対象】どなたでも

【場所】津高公民館 【申込】必要

津高シネマ

【日時】7月22日(火) 13:30～15:41(131分)

【内容】おくりびと

日本映画で初めてアカデミー賞の外国語映画賞を受賞。青年が「旅のお手伝い」と書かれた求人広告を見つけることから始まる、納棺師のものがたり。

【日時】8月26日(火) 13:30～15:17(107分)

【内容】アニーよ銃をとれ

「あなたにできることは私にもできる！」有名なセリフとともに繰り広げられる実在した女性ガンマンの物語

【受講料】無料 【対象】どなたでも

【申込】必要 【定員】先着 20名

【備考】飲み物は各自でご用意ください。



今年も子ども対象の講座「なつやすみ☆こうみんかんへ☆いらっしやい」を計画しています。

詳細は、6月下旬に学校園を通じて配布するチラシをご確認ください。
申し込みは7月6日(日)9:30から津高公民館窓口で受付します。



津高公民館マスカットギャラリー展 公民館 1 階ロビーにて開催します！

☆ 期間：7月12日(土)～7月26日(土)

クラブ：津高写真クラブ

☆ 期間：8月2日(土)～9月6日(土)

クラブ：こども絵画

クラブ活動の紹介、作った作品の展示を行います。どうぞご覧ください。

中・高・大学生ボランティア 募集のお知らせ

津高公民館では、様々な地域活動を実施しています。地域の行事に参加して、普段できない経験をしてみませんか？「やってみたい！」「面白そう」と思ったら、一步踏み出してみませんか？みなさんの参加をお待ちしています！

<令和7年度のボランティア募集>

7月～8月 迷路に挑戦(企画・運営)

夏休みの子ども対象講座の支援

11月 津高文化祭の準備、受付等

12月 津高防災キャンプの運営、補助等

※可能な範囲でボランティアにご参加ください。

<ボランティア登録から参加までの流れ>

- 1 二次元コードで申し込み、または「津高公民館学生ボランティア申込書」に必要事項を記入し、津高公民館に提出する。
- 2 ボランティアを行う行事の前に、ボランティア参加の都合をお聞きます。
- 3 後日、ボランティアとして参加していただく行事の時間や詳しい内容をお知らせします。



【警報発令時の公民館業務について】

暴風警報、大雪警報、特別警報、香和中学校区内に警戒レベル3（避難準備・高齢者等避難開始）が発令された段階で、公民館業務はすべて停止となり、臨時休館となります。

【各講座の申込方法】電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-294-4222

<開館時間>9時30分～21時(日曜日は～17時)<休館日>水曜・祝日(水曜と祝日が重なる場合は翌日木曜日も)