

岡山市立岡西公民館だより 発行:岡山市立岡西公民館

〒700-0054 岡山市北区下伊福西町 1-48

電話/FAX:(086)253-7581

【ホームページ】 <https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010954.html>

【Eメール】 kousaikouminkan@city.okayama.lg.jp



ふれあい

主催講座のご案内

■ ハーモニアスライフ～未来をつくる暮らしの選択～(食農編) ■

暮らしの中で何をいかに選ぶかで未来が変わるかもしれません。今回は食における選択を考えてみましょう。〈託児付き〉

| 回 | 日時 | 内容 | 定員 他 |
|---|------------------------|---------|--------------------------|
| 1 | 9月2日(火) 10:00~12:00 | 食の安全と農業 | 定員 30人(先着順) 筆記具、飲み物持参 |

(お願い)第2回・第3回を受講希望の方は、第1回を必ず受講してください。

| | | | |
|---|--------------------------|------------------------------------|--|
| 2 | 10月7日(火) 10:00~12:00 | 調味料～表示の見方と選び方～ | 定員 18人(先着順) 筆記具、飲み物持参 |
| 3 | 10月30日(木) 10:00~13:00 | 規格外野菜を使って調理をしてみよう ～にんじん料理のいろいろ～ | 定員 18人(先着順) 材料代 600円・エプロン・ 三角巾・ふきん・飲み物持参 |

【講師】「あんしん食工房 Hana Labo (下伊福西町)」花房左和子さん

【受講料】無料 【託児】生後6カ月～就学前1人につき300円、各回先着6人

【申し込み】8/4(月)～8/30(土)の間に公民館窓口へ直接または電話、FAX、メールにて受け付けます。「氏名・年代・住所・電話番号」と託児が必要な方は「お子さんの名前・よみがな・性別・年齢」をお知らせください。

■ 能登川用水を下る お魚ちょ～さ隊 ■

主催:坪田譲治を顕彰する会

共催:石井学区連合町内会、岡西公民館

今年も坪田譲治の作品に出てくる能登川で、魚などの生息状況の観察をします。

【日時】10月11日(土)9:30～12:00(当日出欠確認受付9:00～)

※ 雨天中止 (中止の場合は、当日午前8時までに連絡します)

【集合場所】なかよし保育園東の月極駐車場 (自家用車の駐車はできません)。

【活動場所】能登川用水(岡山市北区島田本町一丁目)

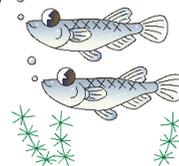
【参加費】無料

【対象・定員】小学生とその保護者15組(先着順)

【持参いただく物】魚とり用の網、バケツ、飲み物、タオル、帽子、筆記用具、

川に入る時に履く靴(運動靴など。サンダル類や長靴は不可)、着替え。

【申し込み】9月18日(木)～10月2日(木)の開館時間中に、岡西公民館窓口またはEメール、FAXでお申し込みください。Eメール、FAXでお申し込みの方は、保護者氏名・年代、子どもの名前・学校名及び学年、住所、電話番号を明記して送信してください。



主催講座のご案内(つづき)

■ 大野学区に生息する絶滅危惧種 ダルマガエル 秋の観察会 ■

7月の観察会から繁殖期をはさんで3か月。ダルマガエルたちはどのように成長し、生活の場「ダルたん」にはどのような変化があるでしょうか？ みんなで観察してみよう！



- 【日 時】 **10月4日(土) 10:00~12:00 (小雨決行)**
 荒天の場合は、**10月18日(土) 10:00~12:00 に順延します。**
 ※ 順延または中止の場合は公民館から連絡します。
- 【集合・観察場所】 ダルマガエル保全水田「ダルたん」(岡山市北区野殿西町)
 ※ 車の駐車スペースはありません。徒歩または自転車でお越しください。
 ※ 集合・観察場所がわからない方は、公民館へお尋ねいただくか、9月中旬に公民館ホームページまたは館内に設置のちらしをご覧ください。
- 【講師】 おかやま大野ダルマガエル保全プロジェクトのみなさん
- 【対象・定員】 小学生から成人まで・30人(先着順)※小学生は保護者同伴でお越しください。
- 【持参いただく物】 帽子、タオル、水分補給できるもの、保険代1人24円(当日集金)、筆記用具。※田んぼに入って観察するため、靴や服が泥で汚れます。汚れてもよい服と靴(長靴など)でご参加ください。また、必要に応じて着替えをご用意ください。
- 【申し込み】 9月6日(土)9:30~9月22日(月)の公民館開館時間中に、公民館窓口またはEメール、FAXでお申し込みください。Eメール、FAXでお申し込みの方は、保護者氏名・年代、子どもの名前・学校名及び学年、住所、電話番号を明記して送信してください。

■ おはなし会 ■



読み聞かせボランティアグループ「じゃんけんホイ」メンバーが、毎月、乳幼児とその保護者、読み聞かせに関心のある方を対象に開催しています。(8月は、小学生や中学生ボランティアも一緒に参加します。)

- 【日 時】 ★ **8月19日(火) 11:00~12:00** テーマ「こわ~いおはなし」
 ★ **9月16日(火) 11:00~12:00** テーマ「こんちゅう」
 ★ **10月21日(火) 11:00~12:00** テーマ「おほしさま・おつきさま」
- 【定 員】 20人(先着順)
- 【申し込み】 事前申し込みは不要ですが、当日参加者名簿に氏名と連絡先の記入をお願いします。

■ 発達障がい定例座談会「あおぞら」 ■

保護者・祖父母・当事者・支援者が集まり、語り合う場です。お子さんと一緒にの参加も歓迎！

- 【日 時】 **8月1日(金)、9月5日(金)、10月3日(金)**
 いずれも **10:00~12:00**



- 【持参いただく物】 筆記用具 【参加費】 無料 【定 員】 20人(先着順)
- 【申し込み】 受付中。岡西公民館窓口または電話で事前にお申し込みください。

■ パソコン・スマホのおたすけ隊 ■

パソコン・スマホの基本操作について、岡西ICTボランティアのメンバーがお手伝いします。

- 【日 時】 **9月27日、10月25日、11月22日(土) 10:00~12:00**
- 【持参物】 筆記用具、相談内容に応じた機器 【相談料】 無料 【定員】 各回5人(先着順)
- 【申込み】 各回1週間前までに岡西公民館窓口または電話で次の項目をお知らせください。
 ①相談内容 ②持込み機器のメーカーと型番 ③氏名・年代・住所・電話番号
 ※的確なサポートができそうにない相談内容についてはお断りすることもあります。

■ 介護予防教室『岡西ふれあい元気教室』 ■ 共催: 岡山市ふれあい介護予防センター北事務所
健康づくりのための軽い運動や講話を、医療・福祉の専門職がお伝えします。

| 日時 | 内容 | 申込開始日 |
|-----------------------|----------------------|----------|
| 8月25日(月) 10:00~12:00 | 知ろう!学ぼう!シニアにあった食べる順番 | 受付中 |
| 9月 8日(月) 10:00~12:00 | みんなの知りたい!こころを元気にする方法 | 8月26日(火) |
| 10月27日(月) 10:00~12:00 | 正しい歩き方を身につけよう | 9月 9日(火) |

【対象・定員】 おおむね65歳以上の方・50人(先着順)

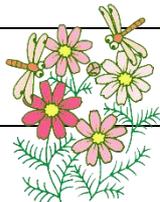
【受講料】 無料 【持参いただく物】 筆記用具、水分補給用の飲み物

【申し込み】 申込開始日をご確認のうえ、岡山市ふれあい介護予防センター北事務所に
お申し込みください。

《電話》086-251-6517 《電話受付時間》9:00~17:00(土・日・祝日・振替休日除く)

■ ひだまりサロン ■

講話や手芸などをおして、楽しいひと時を過ごしましょう。

| 日時 | 内容 | 持参いただく物 |
|--------------------------|--|--------------------------|
| 8月22日(金) 10:00~12:00 | 映画会「ハチとパルマの物語」 | 筆記用具 |
| 9月26日(金) 10:00~12:00 | コサージュづくり  | 筆記用具、裁縫道具 |
| 10月24日(金) 10:00~12:00 | おすしづくり  | 筆記用具、エプロン、三角巾、マスク、手拭き、布巾 |

【対象・定員】 おおむね65歳以上の方・35人(先着順)

【受講料】 無料

【材料代】 9月及び10月は1人1回300円程度(当日集金)。8月は不要です。

【申し込み】 受付中。岡西公民館窓口または電話で必ず事前にお申し込みください。
年間を通じて開催しています。3回以上ご出席いただける方を優先して受け付けます。

■ 子育ておしゃべりタイム ■

ボランティアグループ「子育てサポーター ♥ kouzai ♥」のメンバーや参加者同士でおしゃべりや、情報交換をしたり、お子さん同士で遊んだり、のんびりしたり…時間の過ごし方は自由です。お気軽にご参加ください。

【日時】 **8月4日(月) 10:00~11:30** ※ 時間内の出入りは自由です。

【対象・定員】 就学前の子ども(0~5歳)と保護者・15組(先着順)

【参加費】 無料 【持参いただく物】 水分補給用の飲み物、タオル

【申し込み】 事前申込不要ですが、先着順です。

なお、当日参加者名簿に氏名と連絡先の記入をお願いします。

子育てサポーター ♥ kouzai ♥ とは

平成28年度の当館主催講座「子育てサポーター養成講座」を受講された50代から80代までの幅広い世代のメンバーによるボランティアグループです。**新規メンバーも募集中!**
あなたの子育て経験を公民館で活かしてみませんか? 関心のある方はご連絡ください。

主催講座のご案内(つづき)

■ ことぶき学級 ■

いつまでも元気に過ごすため、公民館に集い、健康に明るく過ごすヒントを学びませんか。

| 回 | 日時 | 内容・講師 |
|---|-----------------------|---|
| 3 | 9月12日(金) 10:00~11:30 | 朗読塾の講演 |
| 4 | 10月10日(金) 14:00~16:00 | 宇喜多家と岡山城~大河ドラマ誘致に向けて 講師:岡山市観光振興課 副主幹 岡山市歴史調査専門監 小野田 伸さん |
| 5 | 12月13日(土) 14:00~15:30 | 坪田譲治文学の魅力について(仮称) 講師:ノートルダム清心女子大学文学部 教授 山根 知子さんと 学生たち |

【対象・定員】 おおむね65歳以上の方・45人(先着順) 【受講料】 無料

【申し込み】 受付中。5月または6月を受講した方の申込みは不要です。

お知らせ

■ 「令和7年度
子育てミニ情報」を発行■

石井中学校区で子育てをしている方に役立てていただきたい情報を集めました。裏面には、岡山市の子育てに関係する相談先や支援、施設情報等を掲載しています。

岡西公民館のHPでもご覧いただけます。

■ 中高生が企画する行事■

☆7/31(木) 10:00~13:00

チャリティーフリーマーケット

☆8/31(日) 10:00~15:00

岡西公民館 夏祭り

中高生のボランティアスタッフ、プリマ販売品のご提供、当日のお客さんを大募集中!!

仲間を募集しています! ~ 花と緑のボランティア ~

公民館が開館している時間内で、お時間のある時に花壇の手入れをしたり、時には季節の野菜を育ててみたりしませんか。

“無償ボランティア”ですが、友だちの輪が広がり、植物から元気とパワーをもらえて、しだいに良いことが増えますよ☆

「やってみよう!」と思われた方は、いつでも公民館の事務室まで、お気軽に声を掛けてくださいね!



休 館 日

8 月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | 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 | | | | | | |

9 月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | 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 | | | | |

□ …休館日

開館時間 午前9時30分~午後9時(日曜日は午前9時30分~午後5時)

休 館 日 毎週水曜日・国民の祝日・水曜日と祝日が重なればその翌日