

福 浜 公 民 館 だ よ り

いちようひろば

第226号 2025. 10. 1

発行 岡山市立福浜公民館

〒702-8032

岡山市南区福富中一丁目16-22

TEL・FAX 086-265-4835

HPIは「福浜公民館」で検索、または、このコードをスキャン↑



主催講座のご案内



親子で♪学ぶ♪防災 福浜2025

主催：福浜公民館防災イベント実行委員会



楽しい体験を通して、防災について学ぶイベントです。防災士や消防団、地域の皆さんと一緒に、いざという時に役立つことを身につけよう！

【日時】 **12/13 (土) 9:00～13:00**

参加費無料
Free



こちらから↑どうぞ

【対象・定員】原則小学校3年生以下の親子30組程度(先着順)

【持ち物】防寒着、飲み物、ハンカチ

【申込み】事前申し込みが必要です。お電話、eメール、公民館窓口でお申し込みください。

【その他】JA岡山福浜支所、浅野産業の駐車場をお借りしています。お車はそちらにお停めください。

【内容】

- ★段ボール迷路で危機一髪(煙道体験) ★水消火器で射的ゲーム ★AEDを使った心肺蘇生法
- ★VR(バーチャルリアリティ)で火災発生時の部屋を体験(タブレットも使用します)
- ★防災グッズ、避難時持ち出し薬 ★災害伝言用ダイヤル ★簡単ロープワーク ★非常食体験
- ★電気自動車からの給電でコーンスープ提供

【協力団体】

岡山市消防団福浜分団、岡山市南消防署、岡山トヨタ自動車株式会社岡南店、しゅうじつ薬局、日本防災士会岡山県支部、日本ボーイスカウト岡山連盟岡山第4団、First Rescue、平福連合婦人会、福浜・平福学区愛育委員会、福浜・平福学区栄養改善協議会、福浜・平福学区連合町内会(五十音順)



クリスマスコンサート ～パンフルートの調べとともに～

ぼくしん

パンフルートは、ギリシャ神話の牧神パーンが吹いたということから名づけられたと言われ、パンパイプとも呼ばれる世界で最も古い木管楽器のひとつです。主に竹で作られ、長さの違いと息の吹き方で音程が変わります。

演奏だけでなく、軽快なトークをクリスマスソングとともに楽しみましょう！

【日 時】 **12/21(日) 10時～11時30分**

【出 演】パンフルート製作・演奏家 今井 勉さん

【定 員】50名(先着順)

【参加費】無料

【申込み】お電話または公民館窓口でお申し込みください。

福浜いちよう倶楽部

11/27 (木)	「ゲームを通じて相続について学びましょう！～円満な相続のために～」 (岡山ファイナンシャルプランナーズ)
12/25 (木)	「寄せ植えて遊ぼう」 (砂田園芸) 定 員:30名(先着順) 材料代:1,600円(当日集金) 申込み:10/2(木)9時30分より
その他	時 間:10時～12時 対 象:どなたでも 受講料:無料 申込み:お電話または公民館窓口でお申し込みください。



福浜公民館だより「いちようひろば」は、町内会の皆さまのご協力で回覧していただいています。ありがとうございます。

福浜Cooking

初心者の方、大歓迎です！！旬の食材を使った、身体にやさしい料理を作ってみましょう。作った後は、みんなで食事をしますが、持ち帰りも可能です。

日時	④11/29 ⑤1/24 ⑥2/28 ※第1、2、3回は終了 土曜日 10時～13時
講師	畠瀬 登美子さん(料理研究家)
対象/ 定員	中学生以上の料理に関心のある方/ 16名(先着順)
受講料	無料
材料代	3,000円(1,000円×3回分) 当日受付時に集金します。
持ち物	エプロン、三角巾、手拭き、食器用ふきん、 マスク着用、必要な方は持ち帰り用の容器
申込み	受付中。お電話、eメールまたは公民館窓口 でお申し込みください。

福浜シネマ

10/18	「唐人街探偵 New York Mission」 (2018年 123分)	ニューヨークを 笑いで包囲す る？
11/15	「SCOOP！」 ごめん。馬鹿で悪かったな。 (2016年 135分)	伝説的スcoop をものにしてき たカメラマン が...
その他	日 程:原則第3土曜日 10時～ 対 象:どなたでも 定 員:30名 受講料:無料 申込み:不要 	

あっ晴れ！もも太郎体操

日程	毎週木曜日 9時30分～ (休館日をのぞく)
その他	対象:どなたでも 内容:ストレッチ体操・口の体操・下肢筋力 アップ体操で「元気な身体づくり」。体操終 了後は、おしゃべりタイムや脳トレなどもし ています。 受講料:無料 申込み:必要(当日申込み可) ※動きやすい服装で参加してください。

介護予防教室

主催:岡山ふれあい介護予防センター

みんな楽笑！福浜元気塾

日時	毎月第4月曜日 10時～12時 (ただし、11月と2月は日程が異なります)
場所	福浜公民館
対象/ 定員	対象:おおむね65歳以上の岡山市民 /50名(先着順)
受講料	無料
内容	健康づくりに関わる講話・実技
持ち物	筆記用具・水分補給ができるもの
教室についての申込・問合せ先は 岡山市ふれあい 介護予防センター南事務所(086-230-0315)へ	

ベジ・ファーストから始めよう ～1日350g以上の野菜を食べよう～

地元で採れる旬の野菜を使って、野菜たっぷりの
おいしくて身体にもやさしい料理を作ります。

日時	②11/6(木) ③12/4(木) ④3/2(月) 10時～12時 ①は終了しました
講師	赤松佐知子さん (ナチュラルフードコーディネーター、栄養士)
対象/定員	どなたでも/20名(先着順)
受講料	無料 但し材料代800円が必要 (当日集金)
第2回 メニュー	鶏と秋野菜のカレー風味煮、大根ステー キ、アボカドサラダと人参ドレッシング、 ひよこ豆入り玄米ご飯、豆腐ヨーグルト ベリーソースかけ
持ち物	エプロン、三角巾、ふきん、タオル、持ち 帰り用容器、飲み物
託児	定 員:3名(要事前申込み、先着順) 託児料:子ども1人につき300円 受講申込みの際にお申し込みください。
申込み	お電話、eメール、または公民館窓口でお 申込みください。eメールはこちらから→ 締め切り:各回1週間前まで



☆岡山市では生活習慣病予防のため、ベジ・ファースト(野菜か
ら食べよう)をスローガンに、「ベジ・ファーストOKAYAMAプロ
ジェクト」を推進しています。

かるがもぶんこ

絵本の読み聞かせと簡単な工作をします。

日時	10/16、11/20、1/15 木曜日・10時～11時頃 季節のお楽しみ会 12/21、3/15 日曜日・10時～12時	
対象/定員	就学前の子どもと保護者/20名(先着順) *季節のお楽しみ会は幼児から小学生、小学生未満は保護者同伴	
受講料	無料 (季節のお楽しみ会は材料代が必要)	
申込み	各回、講座日の1か月前から受け付け開始。 お電話、eメール、または公民館窓口でお申し込みください。	

子育て座談会「ニッコリーナ」

10/21 (火)	ハロウィン飾りをつくろう！ 講師：木下純子さん
11/27 (木)	親子でできるヨガ教室 講師：赤松佐知子さん
12/11 (木)	子育て・家庭生活座談会 講師：助産師 小林智子さん
その他	時 間：10時～(1～2時間程度) 対 象：未就園児とその保護者 定 員：10組程度 受講料：無料(ただし実費が必要な回あり) 申込み：講座日の1か月前から受け付け開始。お電話、eメール、または公民館窓口でお申し込みください。



eメールでのお申し込みはこちらから



【かるがも文庫】 【ニッコリーナ】 【福浜Cooking】



皆さんの参加をお待ちしています。



なごやかスペースみらい

主催：なごやかスペースみらい実行委員会

子どもから高齢者までどなたでも参加できます。
一緒に昼食を作って、楽しく食事をしましょう。

【日 程】原則 第3日曜日 10時～13時
(10/19、11/16、12/7)

【メニュー】

10/19：具だくさんの豚汁、栗の入った炊きおこわ
大学イモ

11/16：みんな大好き！オムライス、コーンスープ、
コールスローサラダ

12/7：絶品チキンナゲット、たっぷりたまごサンド

【定 員】30名(先着順)

【参加費】子ども(18歳未満)無料、大人300円

【持ち物】エプロン、三角巾、おはし、飲み物

【申込み・問合せ先】電話で岡山医療生協(086-
271-7880)まで

【その他】ボランティアとして参加される大人で、当
日食事を希望される場合は100円必要。学生ボラン
ティアは無料。

岡山市日本語教室〈福浜教室〉

岡山市在住の外国人人口は、現在15,000人を超
えています。外国人市民も安心して生活を送るこ
とができるよう、日本語教室が開設されています。

お近くにお住まいの外国人市民がいらっしゃいま
したら、ぜひお声掛けください。

【日 程】原則 第2・3・4日曜日 10時～12時

【受講料】無料

【申込み】不要

【内 容】生活に必要な日本語と日本文化を楽しく
学びます。 *主催 岡山市国際課

「おもちゃの病院」開催しました



動かなくなったり音が出なくなった大事なおも
ちゃが、おもちゃドクターの治療で元気にな
り、子どもたちも大喜びでした。次回は2月に
開催する予定です。

お知らせ

クラブ講座開設申請

令和8年度(令和8年4月～9年3月)にクラブ講座開設を希望される場合、新規・継続に関わらず「クラブ講座開設申請書」を提出してください。

受付期間:11月1日(土)～30日(日)

◎クラブ講座は、学びたい人が中心となって自主的に企画、運営するものです。

◎開設には、人数・回数(時間数)・受講料等の要件があります。

◎詳細は公民館事務室へお尋ねください。

警報発令時の対応と避難所について

暴風・大雪・特別警報が発令された場合や、各公民館が所在する中学校区に避難所が開設された場合、全ての通常業務(主催講座・クラブ講座・貸室等)を見合わせます。活動中の場合は活動を中止し、安全に配慮し速やかに帰宅をお願いします。

また避難情報が出されると、公民館が市の指定避難所となる場合があります。受入れ可能人数が限られているため、高齢者やお身体の不自由な方、乳幼児連れのご家族など、配慮が必要な方を優先します。ご理解とご協力をお願いします。

資源化物回収について

いつもマナーを守ってご利用頂きありがとうございます。改めて下記項目にご留意ください。

- ①ピンは色別に分けてボックスに入れてください。
(無色、茶、青・緑など)
- ②ビン、缶ともにきれいに洗ってください。
- ③ビニール袋等はお持ち帰りください。
- ④ペットボトルは回収していません。

おかやまっ子作品展

福浜小学校の児童が図画工作の授業で作った作品を展示します。児童の皆さんの力作をぜひ見に来てください。

【期間】12/2(火)～12/9(火)

【場所】福浜公民館1Fロビー

語ろう会in福浜

県内の語り手が集まり昔話を語る「語ろう会」が開催されます。福浜公民館で活動している「おはなしの会みみうさぎ」も参加します。耳だけで聞くお話の世界を、お楽しみください。

【日 時】10/25(土)10時～

【場 所】福浜公民館2F講座室

【参加費】無料

【申込み】不要

さんさん育児相談(予約制)

◆10/17(金)、12/19(金)

◆受付時間 9時45分～11時

◆詳細は、南区南保健センター(TEL:261-7051)

または南区南さんさんステーション

(TEL902-0223)へお尋ねください。



自動車文庫

◆10/25(土)、11/22(土)、12/27(土)

◆毎月第4土曜日10時頃に、中央図書館から「自動車文庫」が来館します。

お好みの本を選ぶことができますので、ぜひお越しください。

ご希望の本がない場合は、中央図書館から取り寄せることもできます。



休館日のお知らせ

10月						
日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	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	

11月						
日	月	火	水	木	金	土
26	27	28		30		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	1	2	3	4	5	6

12月						
日	月	火	水	木	金	土
31	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			

◆ 開館時間: 月・火・木・金・土曜日…9時30分～21時 日曜日…9時30分～17時

◆ 休館日は、毎週水曜日と祝日、年末年始です。水曜日と祝日が重なった場合は、翌木曜日にも休館となります。