

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.jp (R7.9.1 変更)

ふれあい

第46回 岡西公民館文化祭 ご案内

公民館活動の成果発表を行います。ご家族ご友人お誘いあわせでぜひご来場ください。

【日 時】 令和7年 11月15日(土) 9:30~16:00
11月16日(日) 9:30~15:30

◆実技発表の部

11月15日(土)		11月16日(日)	
9:30~9:40	開会式	9:30~10:00	太極拳
9:40~10:00	民踊 郷乃会		練功十八法
10:00~10:20	ハワイアン・フラ	10:00~10:20	ストレッチと筋トレ
10:20~10:50	コーラス白鳥		(体験コーナー)
10:50~11:20	カラオケ	10:20~10:50	着物着付け
11:20~11:50	婦人民踊(三門学区婦人会)	10:50~11:10	キッズエアロ・リトル
	民踊 みどり会(木曜日)		キッズエアロ・ジュニア
11:50~12:20	中高年から始めるらくらくピアノ	11:10~11:50	正派若柳流日本舞踊
12:20~12:30	三門学区健康市民おかやま21 (OKAYAMA! 市民体操)	11:50~13:00	休憩
12:30~13:00	休憩	13:00~13:30	詩吟(光世流)
13:00~13:30	スクエアダンス	13:30~13:50	民踊 みどり会(金曜日)
	ラウンドダンス		
13:30~14:00	剣詩舞てまり		

◆展示発表の部

【1階】 絵画クラブ、専敬流いけばな、子ども絵画、手編みクラブ、ヨーガ・セラピー、ヘルシー<ストレッチ>ヨガ、烏城紬(クラブ、主催講座11期生/両日とも10時~15時に展示場所で糸紡ぎ体験あり)、三門学区健康市民おかやま21(健康コーナー及びベジチェックと肌年齢測定…15日(土)15時まで ※16日(日)はありません)

【2階】 パッチワーク、絵手紙、リフォーム洋裁、土ひねり、はじめての書写教室、子ども書写教室A、子ども書写教室B

◆お茶席の部 11月16日(日) 11:00~14:00 1階和室/おいしいお茶クラブ(淡交会裏千家)

※「お茶席券(1枚300円)」を公民館事務室で販売します。

前売り40席分 10月2日(木)~11月4日(火) 当日10席分 11月16日(日)9:30~

◆物品販売 (売切れ次第終了)

- ・土ひねりクラブ…作品販売。1作品300円~1,000円。(両日とも9:30~2階実習室内)
- ・文化祭実行委員会…巻きずし1本600円。(両日とも11:00~1階事務室前)

主催講座のご案内

■ 石井中ええとこウォーキング ■

主催：石井中学校区健康市民おかやま21
(地域の団体、岡山市保健所などがメンバー)

～今年は大野学区！岡山市西部リサイクルプラザの見学付き～

【日時】 11月4日(火) 9:30～12:30 (雨天中止)

【受付開始】 9:30～ 【参加費】 無料

【集合解散】 大野コミュニティハウス(北区大安寺東町 23-21) ※車での来場はご遠慮ください

【内容】 大野学区内のウォーキング(約3.4 km)と岡山市西部リサイクルプラザの見学

【対象】 石井中学校区にお住まいの幼児から大人までで3.4kmを自力で完歩できる方

【定員】 40人(先着順)

【持ち物】 飲み物、帽子、タオル、雨具など各自ウォーキングに必要な物

(ウォーキング中に両手がふさがらないようリュックサック等をご用意ください。)

【申込み】 10月4日(土)9:30～10月25日(土)17:00の公民館開館時間中に、

公民館窓口または電話、FAXで「住所・氏名・電話番号・年代」をお申し込みください。

※ 雨天中止の場合は前日に主催者側から連絡します。



■ 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】 10月3日(金)、12月5日(金) いずれも 10:00～12:00 ※11月は休み

【持ち物】 筆記用具 【受講料】 無料 【定員】 20人(先着順)

【申込み】 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。

■ 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
10月27日(月)10:00～12:00	正しい歩き方を身につけよう	受付中
11月10日(月)10:00～12:00	若返りの秘訣！脳トレで認知症予防	10月28日(火)
12月 8日(月)10:00～12:00	ちょっと気になる、排尿障害のお話	11月11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 【持ち物】 筆記用具、水分補給用の飲み物

【申込み】 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

《受付時間》9:00～17:00(土・日・祝日除く)

■ 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、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。

【日時】 ★ 10月21日(火) 11時～12時 テーマ「おほしさま・おつきさま」

★ 11月18日(火) 11時～12時 テーマ「じーじ・ばーば」

★ 12月16日(火) 11時～12時 テーマ「ゆき」

【定員】 20人(先着順)

【申込み】 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。

■ 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
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:小野田 伸さん(岡山市観光振興課職員、岡山市歴史調査専門監)
5	11月20日(木) 13:30~15:00	歳をとると何故見えにくくなる? 目の健康講座 講師:中平 洋政さん(中平眼科クリニック)
6	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学生の皆さん 同大学文学部教授 山根 知子さん

【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。電話または岡西公民館窓口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】 10月25日、11月22日、1月24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。

■ 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】 12月1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 【持ち物】 水分補給用の飲み物、タオル

【申し込み】 事前申込み不要ですが、当日参加者名簿に氏名と連絡先を記入してください。

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。

令和8年度 クラブ講座の開設について(新規・継続)

令和8年度(令和8年4月1日~令和9年3月31日)に岡西公民館でクラブ講座の開設を希望される方は新規・継続に関係なく、岡西公民館が配布する開設申請書と名簿を提出してください。(説明会を11月29日(土)10時40分から行います。)

申請にあたっては、「クラブ講座設置の要件」をよく読んでください。

受付期間 11月29日(土)~12月20日(土) 17時 厳守のこと

◇新規・継続ともに、受付期間終了後に「クラブ講座設置の要件」に基づいて審査を行い、開設をお断りする場合は12月27日(土)17時までに電話で通知します。

◇開設可能なものについては、令和8年1月末日までに承認書を窓口または郵送にて発行します。

★夏休み期間中に公民館活動に参加した子どもたちの様子★

■ 夏休みキッズワールド 2025 ■



多肉植物の寄せ植え



プログラミング体験教室



パソコンでオリジナルうちわを作ったよ。



絵手紙(紙皿に描いたよ)



中・高生や大人のボランティアも大活躍



しじみストラップ作り

エシカル消費講座

こわれたおもちゃがなおったよ。



夏のおなはし会
「こわ〜い
おはなし」



■ 岡西公民館 YOUTH チャレンジ ■

8/31(日) みんなの夏まつり 開催の様子

中・高生のボランティアが企画・運営しました。地域の皆さんのご協力のおかげで大盛況でした！



お菓子すくい、ヨーヨーつり、スーパーボールすくい、射的(ゴム鉄砲)、うちわデコ等の他、子ども向け映画も好評でした。



休 館 日

10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	

11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
■ …文化祭

【お知らせ】 11月15日(土)、16日(日)は岡西公民館文化祭です。準備・片付けのため、11月13日(木)午後1時～17日(月)は、通常業務(主催講座、クラブ講座、室貸与、図書貸出及び返却)を休止します。

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 ※ 次号は、12月1日発行予定です。