



とみやまだより

第349号 2025年11月1日発行
発行元 岡山市立富山公民館（中区福泊246-1）
Tel & Fax (086) 274-0827
ホームページ <https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010994.html>
E-mail tomiyaamakouminkan@city.okayama.jp
フェイスブック <https://m.facebook.com/TomiyaamaKouminkan>

主催：富山公民館 共催：とみやまエコクラブ、富山学区婦人会

第17回 富山ESDにこにこカフェ 水とくらしと健康を考える ～PFASってなんだろう？～



近頃ニュースなどで耳にする「PFAS（ピーファス）」。さまざまな製品に使われてきた一方で、環境や健康への影響が心配されています。PFASについてのお話を伺い、私たちの暮らしや地域の水環境について、参加者同士で感じたこと、考えたことを語り合ひましょう。身近な「水」や「健康」について、みんなで一緒に考えてみませんか？

〈日 時〉 12月6日(土) 13時30分～15時30分

〈講 師〉 高橋 淳さん(岡山医療生協 理事長〔医師〕)

〈場 所〉 富山公民館 2階 第1・2講座室

〈実 費〉 お茶代100円(当日集金) 〈定 員〉 30名(先着順)

〈申 込〉 11月10日(月)9時30分より受付開始

共催：とみやまSDGs

やってみよう！わたしのエコチャレンジ ～環境カレンダーで見える 小さな一歩～

「環境家計簿カレンダー2026」を使って、家庭でできるエコな取り組みをみんなで考えてみませんか？参加された方には「環境家計簿カレンダー2026」を差し上げます。みんなで一緒に考えながら、自分らしく取り組める“エコチャレンジ”を見つけましょう。

今後継続的に、みんなでエコな取り組みについて振り返る機会も予定しています。



〈日 時〉 11月24日(月・振替休日) 13時30分～15時30分

〈場 所〉 富山公民館 2階 第1・2講座室

〈講 師〉 高坂 知典さん(おかやま環境ネットワーク)

〈参加費〉 無料 〈持ち物〉 筆記用具 〈定 員〉 先着50名

〈申込み〉 11月20日(木)までに富山公民館まで(電話可)

共催：富山の自然を楽しむ会

倉安川をきれいにしよう

富山学区内の倉安川の清掃活動を行います。

みんなで郷土の川をきれいにしましょう。(雨天中止)

〈日 時〉 12月7日(日) 9時30分～11時

〈持ち物〉 軍手、あれば火ばさみなどの清掃道具

〈集合場所〉 富山公民館 〈申込み〉 富山公民館まで(電話可)



富山いきいき教室

〈日 時〉 12月11日(木) 14時～16時 (時間注意)

〈内 容〉 「時事問題から学ぶ」～皆さん、今、何が気になりますか？～

〈講 師〉 岡山 一郎さん(山陽新聞社客員論説委員)

〈定 員〉 先着30名(おおむね65歳以上の方) 〈受講料〉 無料

〈申込み〉 事前申込が必要です。11月10日(月)9時30分より公民館窓口・電話で申込受付を開始し、定員になり次第締め切ります。

ぐるんぱの会 ～みんなで知ろう発達障がい～

発達障がいや子どもの育ちについての学習、情報交換の場です。不安や悩みを出し合い、肩の力を抜いてほっと一息つきませんか。

〈日 時〉 11月15日(土) 14時～16時

〈定 員〉 20名(先着順) 〈実 費〉 100円(お茶代)

〈申込み〉 富山公民館まで (定員以内なら当日参加可)

〈託 児〉 定員5名、託児料300円(お申し込みは1週間前まで)

みんなのしゃべり場

地域で育つ子どもたちのために、大人として何ができるかをみんなで考えませんか。地域内の学校園を見学し、学校や子どもたちのことについて、フリートークを行います。10月は富山幼稚園を見学します。現地集合、現地解散です。

〈日 時〉 11月20日(木) 10時～11時30分

〈場 所〉 富山幼稚園 〈受講料〉 無料

〈申込み〉 11月15日(土)までに富山公民館にお申し込みください。



富山映画会

12月「素晴らしき哉、人生！」 1946年 130分

監督：フランク・キャプラ 出演：ジェームズ・ステュアート

クリスマス
映画の定番!

〈日 時〉 12月11日(木) 10時～12時10分 (時間注意)

〈受講料〉 無料 〈申込み〉 11月13日(木)9時30分～

※11月13日(木) 10～12時「種まく旅人～華蓮のかがやき」

(監督：井上 昌典 出演：栗山千明、平岡祐太) 申込み受付中!

とみやま学習サポート塾

数学・英語の得意な人も苦手な人も、大学生や地域の大人のボランティアさんと一緒に学びませんか？

(数学や英語の質問ができます)



〈日 時〉 11月29日(土)、11月30日(日) それぞれ午前10時～12時
時間内ならいつ来ても大丈夫。出入り自由です。

〈場 所〉 富山公民館 2階 第1・2講座室 〈対 象〉 中学生・高校生

〈持ち物〉 数学や英語などの学習に必要なもの(宿題、教科書など)

〈参加費〉 無料 〈申込み〉 いりません。当日直接きてください。

※11月25日(火)、27日(木)、28日(金)の3日間は、14時～16時に2階の第1・2講座室で自習ができます(自習専用スペースです)。なお、富山公民館のロビーではいつでも自由に自習ができます。

共催：サロン・ド・ミュゼとみやま

大人のためのクリスマスコンサート

〈日 時〉 12月21日(日)13時30分～15時00分 (13時開場)

〈出演者等〉 山陽学園ハンドベル同好会

・元気にみんなで歌いましょう

〈場 所〉 富山公民館 2階 第1・2講座室

〈参加費〉 無料 〈定 員〉 80名(先着順)

〈申込み〉 11月25日(火)9時30分より公民館窓口・電話で申込受付を開始し、定員になり次第締め切ります。



ぽけっと文庫 冬のおはなし会

ぽけっと文庫さんによる楽しい冬のおはなし会です。

心あたたまる時間を一緒にすごしましょう。

プレゼントもあるよ!

〈日 時〉 12月13日(土) 14時～15時

〈内 容〉 日本や外国の昔話、

幻燈「かさじぞう」、わらべうた など

〈場 所〉 富山公民館 2階 第2講座室 〈参加費〉 無料

〈申込み〉 12月1日(月)9時30分より申込受付を開始します。

※チラシ(公民館窓口にあります)もご覧ください。

ぽけっと文庫は毎月おはなしの会を開いています!

毎月第3金曜日の15時30分～16時30分に、スタッフの皆さんが本を読んでくれたり、おはなしを語ってくれたりします。簡単な工作やわらべうたもします。絵本やお話の楽しさを味わいましょう。

〈日 時〉 11月21日(金)15時30分～16時30分

※12月は「冬のおはなし会」のためお休みです。

〈場 所〉 富山公民館 1階 研修室(和室)



開館時間：9時30分～21時 ※日曜日は9時30分～17時

休館日：毎週水曜・祝日・年末年始



ホームページ



Eメール



FACEBOOK

共催:岡山市ふれあい介護予防センター

とみやま健康づくり教室

〈日 時〉11月27日(木) 10時~12時
 〈場 所〉富山公民館 2階 第1・2講座室
 〈内 容〉体質タイプ別! 食事で元気なカラダのつくり方
 〈対 象〉おおむね65歳以上の岡山市民 〈定 員〉40名
 〈受講料〉無料 〈申込み〉申込不要(当日直接お越しください)

**ばそこんチャレンジコーナー****事前申込みが必要です。**ご注意ください。

〈日 時〉12月 8日(月)10時~12時
 12月26日(金)13時~15時 (全2回)
 〈内 容〉Wordでお正月の箸袋を作しましょう
 〈参加費〉1回200円 〈資料代〉1部100円 〈定員〉10名(先着順)
 ※できるだけご自分のパソコンをお持ちください。
 〈申込み〉事前申込必要。公民館窓口・電話で11月10日(月)9時30分より
 受付開始し、定員になり次第締め切ります。

**パソコン講座のボランティアを募集中!**

興味関心のある方は、お気軽に富山公民館までお問い合わせください。

主催:富山地区青少年育成協議会

みんなの子育て講演会/3世代交流いきいき広場

〈日 時〉11月24日(月) 9時~12時30分 **申込不要 託児あり**
 〈場所〉富山小学校 体育館 (場所注意)
 〈持ち物〉上靴(スリッパ)・靴を入れるビニール袋・お茶
 〈内容〉・9時~10時30分 **みんなの子育て講演会**
 「子どもの心の理解と発達を支える大人の姿勢」
 講師 村中 由紀子先生(山陽学園短期大学名誉教授)
 ・11時~12時30分 **3世代交流いきいき広場**
 初心者でも簡単にできるニュースポーツ(スカットボール、
 モルック、ディスコン、ポッチャなど)で楽しみましょう。
 ※詳しくは、学校園を通じて配布されるチラシをご覧ください。

主催:富山地区青少年育成協議会・富山学区婦人会

とみソーヤ Xmasクッキング&お楽しみ会

〈日 時〉12月14日(日) 10時~ (受付9時30分~)
 〈場所〉富山公民館 1階 料理講座室、2階 第2講座室
 〈持ち物〉エプロン・三角巾・マスク・ふきん 〈参加費〉無料
 〈内容〉10時~12時 **クッキング** 13時~14時30分 **お楽しみ会**
 〈申込み〉11月15日(土)までに富山公民館にお申し込みください。
 ※詳しくは、学校園を通じて配布されるチラシをご覧ください。

岡山市委託事業「ひとり親家庭等相談支援事業」

さえずりホットライン (電話・LINE 無料相談)

ひとり親家庭のための子育ての悩み、仕事の悩み、生活の悩み等...「どうしたらいいんだろう」「こんなこと聞いてもいいのかな」いろいろな気持ちを話せる相談窓口です。

ひとり親家庭の支援や親子の居場所提供などの活動を行っている女性の相談員が対応します。

「さえずりホットライン」は岡山市の委託を受けて、NPO 法人オカヤマビューティサミットが運営しています。

〈ひとり親家庭等電話 LINE 相談〉

電話:080-8519-9334

LINE:右の二次元コードを参照

〈受付時間〉平日:18時~21時

土日祝:10時~21時

〈問合せ先〉NPO 法人オカヤマビューティサミット

TEL 086-206-2700

※対応時間外も可能であれば、折り返します。お気軽に連絡ください。

**さんさん育児相談 (旧赤ちゃんすこやか相談)**身長・体重などの計測や発育・発達に関する育児相談を行っています。日時、会場、予約方法の詳細については、岡山市ホームページをご確認ください。 **※予約が必要です。**

〈対 象〉1歳未満の乳児の保護者

〈持参物〉親子手帳、バスタオル

〈問合せ先〉中区保健センター TEL(086)274-5164

**富山どうさんクラブ**

就園前の子どもたちを自由に遊ばせながら、保護者の方が育児の悩みを話し合ったり、情報交換をしたりします。原則として、毎月第1・3火曜日に活動しています。

〈日 時〉11月4日(火)、18日(火)、
 12月2日(火)、16日(火) 10時~11時30分

かえで文庫

山崎在住の菅田さんがご自宅で開いている家庭文庫です。わらべうた、絵本の読み聞かせなどをします。子育て相談にも応じます。

〈日 時〉11月20日(木) 10時~11時
 〈場所〉菅田さん宅 〈申込〉3日前までに菅田さんまで
 〈申込み・問合せ先〉菅田 桂子さん TEL(086)276-1357

**「みんなの居場所」
あつまれ!レインボーアットホーム**

主催:あつまれ!レインボーアットホーム
 協賛:富山学区連合町内会・富山学区自治振興会・富山公民館

地域の皆さんがアットホームで楽しく自由にくつろげる居場所です。ボードゲーム(人生ゲーム、将棋、カタンなど)、昔あそび(こま回し、お手玉など)、卓球、ぬり絵、おしゃべりなど、楽しいことがいっぱい。小さい子どもさんが遊べるコーナーもあります。何をしてもいいし、何もしなくてもOK。宿題もできるよ!

11月は、パラリンピックの正式競技になっている球技「ポッチャ」をします。また、オレンジリボンキャンペーン(子ども虐待防止市民運動)の一環として、オレンジリボンを作ります。

〈日 時〉11月14日(金)、12月12日(金) **15時~17時**
 この時間内なら、何時に来て何時に帰ってもOK!
 ※10月~3月は実施時間が冬時間になって
15時~17時になります。ご注意ください。

〈場 所〉富山公民館2階 第1・2講座室
 〈対 象〉幼児から高齢者まで(地域にお住まいの皆さん)
 ※小学生は、一度家に帰ってから来てください。
 ※帰り道がご心配な方はお迎えをお願いします。
 ※就学前のお子さんは保護者の方と一緒にどうぞ。
 〈参加費〉無料 ※Instagramもチェックしてね! →



ATUREBO.TOMIYAMA

主催:認知症サポーターリーダー富山会

第93回「オレンジカフェ青春」

〈日 時〉11月24日(月) 10時~12時
 〈場所〉富山公民館 2階 第1・2講座室
 〈内容〉第1部 ◆~安心・安全な暮らしを守るために~
 施設サービス利用のはなし→自分に合った施設をみつけよう
 講師 社会福祉法人翔洋会理事 藤原 正晴さん
 第2部 ◆地域のビデオを鑑賞してみんなで話そう
 “富山の宝”(富山ビデオクラブ制作)
 〈参加費〉100円 〈定 員〉40名 〈申 込〉必要・当日参加も可
 〈申込先〉TEL・FAX 086-276-5332 福森さんまで

**富山地区元気の出る会**

平成3年に発足して34年。高齢者や障がいのある方が、住みなれた地域でボランティアと共に、月に一度活動しています。今月も、学びや楽しさ、いっぱいです。

〈日 時〉11月17日(月)13時30分~15時30分 **会員募集中
ボランティアも歓迎!**
 〈場所〉富山公民館 2階 第1・2講座室
 〈内容〉◎保健センターのお話
 「ベジチェック(推定野菜摂取量測定)を受けてみよう!
 ◎オカリナ演奏♪(公民館クラブ講座「SORA」の皆さま)
 〈問合せ先〉TEL(086)274-0912 大河原さんまで



※記事に の印がある講座は「とことん富山スタンプラリー」の対象講座です。スタンプカードを持ってきましたね!