

令和7年度

津高文化祭

11月15日(土) 9:30~16:00、16日(日) 9:30~15:30

あたご梨
詰め放題「文字あつめ」
お楽しみ抽選会イベント
開催

落書きシール工房

さつまいも掘りタイム

キャンディーつめつめ大作戦



実演発表プログラム

11月15日(土)

9:30~ 9:50 開会式
 10:00~10:30 3B 体操ジュニア
 10:30~11:00 手話
 11:00~11:30 詩吟岡山岳風会半田山
 11:30~12:00 フレッシュ・マスカット・オカリナ
 12:00~12:30 お箏クラブ
 12:30~13:00 みんなで歌おう会
 13:10~13:40 パフォーマーリン君
 14:00~14:30 津高民謡クラブ
 14:30~15:00 アルゴナウティ
 15:00~15:30 津高吟詩会
 15:30~16:00 抽選会

11月16日(日)

10:00~10:30 合気道Ⅰ・Ⅱ
 10:30~11:00 津高マスカットコーラス
 11:00~11:30 箏曲むつみ会
 11:30~12:00 ハワイアンブラ
 12:00~12:30 花架拳&練功十八法
 12:30~13:00 半田山子ども銭太鼓
 <会場準備>
 13:30~15:00 健康香和~健康チェック
 15:00~15:30 抽選会
 抽選会終了後 閉会式

即売・フリーマーケット

【中庭】

布花(布花、コサージュ、リース)
 草木染め(スカーフ、ストール、小物)
 陶芸クラブ(陶芸作品)
 表装(あたご梨)
 津高風の谷(野菜、さをり織物、手作り雑貨など)
 パンプラワー(作品、バラのアレンジなど)
 楽々ファーム(各種野菜、米、野菜苗など) 11/15 午前のみ

【駐車場】

草花会(生花よせ植え、花木苗など)

【展示会場】

編物(編物作品、室内履きなど)
 ダネラクラブ(ダネラ小物等)
 遊創会(脳トレゲーム板、糸のこ作品)

※商品が売り切れ次第終了いたします。商品が変更になる場合があります。

【お知らせ】11月15日(土)、11月16日(日)は津高文化祭です。準備・片付けのため、11月13日(木)から11月17日(月)までは、通常業務(主催講座、クラブ講座、室貸与、図書館貸出及び返却)を休止します。

展示発表クラブ

2階

【第1・2講座室】

・編物
 ・津高絵画教室
 ・ダネラクラブ津高
 ・水墨画
 ・初めての絵手紙
 ・和紙ちぎり絵
 ・陶芸クラブ
 ・楽しい絵手紙入門
 ・木彫りクラブ
 ・遊創会

【美術工芸室】

・草木染め
 ・生け花教室
 ・個人

【廊下】

・表装

1階

【ロビー】

・津高写真クラブ
 ・こども絵画
 ・公民館

【駐輪場/玄関先】

・草花会

【階段壁面・踊り場(パネル展)】

・やさしい英会話
 ・日本文学
 ・ストレッチ健康
 体操ウェーブ
 ・ますかつと文庫
 ・やさしい坐禅クラブ
 ・やさしい中国語
 ・津高文芸クラブ
 ・心身健康ヨガ
 ・布遊び

・中年から始める
 らくらくピアノ
 ・韓国語会話
 ・気功
 ・初心者ヨガ
 ・心身健康ヨガ
 ・茶道裏千家
 ・中国語Ⅰ
 ・ノルディックウォーク

飲食販売(食数限定)

15日(土)

【1階ロビー】

コーヒーとお菓子(100セット)
 ペットボトル(お茶/100本)
 ヤクルト販売(各種)

【調理室】

バラエティー寿司(60食)
 海老おこわ飯(50食)
 ぶりの粕汁(80食)

16日(日)

【1階ロビー】

コーヒーとお菓子(100セット)
 ペットボトル(お茶/100本)
 ヤクルト販売(各種)

【調理室】

きつねうどん(50食)
 キーマカレー(50食)
 マフィン(150食)

健康香和イベント~健康チェック~

【1階実技室】11月16日(日) 13:30~15:00(受付終了14:45)

大事な体、冬に備えてチェックしましょう!

津高公民館だより

第199号

発行日:令和7年11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.jp

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



11・12月主催講座案内



メール



ホームページ



Facebook



Instagram

令和7年度「津高防災キャンプ」

『親子で♪体験♪学ぼうさい』

地元の中学生や大学生のお兄さん・お姉さんたちや、地域の皆さんと楽しく「防災」について学ぼう!

【日 時】12月13日(土) 9:00~13:00

【内 容】★もくもくハウスで危機一髪

★水消火器で射的ゲーム

★心肺蘇生法

★大地震の揺れを体験しよう!

(地震体験車)

★防災グッズ作り

★アルファ米非常食体験 など



【対 象】小学生以下の親子30組程度

【参加費】無料

【持ち物】屋内シューズ、タオル、飲み物

【申 込】事前の申し込みが必要です。

11月8日(土) 9:30~先着順

下記の二次元コードまたは津高公民館
 窓口、電話で受付します。

津高防災キャンプ
申し込みフォーム

「津高防災キャンプ」

スタッフ募集(学生スタッフを含む)

「津高防災キャンプ」は、参加者が自ら主体的に体験していく参加型のプログラムです。スタッフは、それぞれ各ブースに分かれて、参加者の活動をサポートしていただきます。研修会、防災キャンプで参加者と一緒に防災について学んでみませんか。積極的な参加をお待ちしています。

12月6日(土)

「スタッフ研修」

13:00~ 集合

13:30~ 体験・実習

16:00 解散

持ち物:屋内シューズ・筆記用具・飲み物

スタッフ登録
フォーム

12月13日(土) 雨天決行

「親子で体験♪学ぼうさい」

8:30 集合

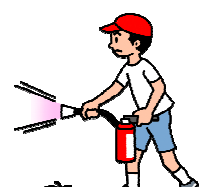
9:00~13:00 津高防災キャンプ

13:30~ 片づけ

持ち物:飲み物・屋内シューズ

※スタッフは両日の参加をお願いします。

会場は津高公民館です。動きやすい服装で参加してください。

令和6年度
心肺蘇生法
の様子

令和7年度津高文化祭の概要を4面に
 記載していますので、ご覧ください。
 皆様のご来館をお待ちしております。

【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)



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】11月20日(木) 14:00～16:00

【内 容】認知症予防 あれこれ

【日 時】12月20日(土) 14:00～16:00

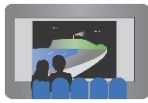
【内 容】歌って笑って 忘年会

【対 象】どなたでも 【定 員】各回20名程度

【参加費】100円(ドリンク付)

【申 込】必要

津高シネマ



【日 時】11月25日(火) 13:30～15:40

【内 容】「グレンミラー物語」115分

実在のジャズ奏者グレン・ミラーの半生を描いた伝
記作品です。彼のトロンボーン演奏や、独自のスウィ
ング・サウンドの追求、人気バンドとしての成功の道
のりが、愛妻との絆とともに描かれています。第二次
世界大戦中には兵士たちのために軍楽隊を率いて活躍
し、多くの人の勇気と希望を届けました。音楽と愛に
満ちた、心あたたまる感動作です。

【受講料】無料 【対 象】どなたでも

【申 込】不要 【定 員】20名程度

【備 考】飲み物は各自でご用意ください。

津高ふれあい元気教室

【日 時】11月18日(火) 14:00～16:00

【内 容】「3人に1人は腰痛持ち!？」
今日から始める予防策」

【日 時】12月16日(火) 14:00～16:00

【内 容】「みんなの知りたい!」
こころを元気にする方法」

【受講料】無料

【対 象】おおむね65歳以上の方

【定 員】30名程度

【持ち物】筆記用具、上履き、タオル、飲み物

【申 込】不要



共催:横井わんぱくクラブ、北区北保健センター
協力:香和中学校区愛育委員会

子育て講座 <ハーバリウム>

透明なボトルにプリザーブドフラワーやシェル
(貝殻)、サンド(砂)などを閉じ込めて、心が和む
オリジナルのハーバリウムを作りませんか?
初めてでも安心して楽しめます。

【日 時】11月25日(火) 10:20～11:20

【講 師】佐藤 真理さん

【対 象】未就園児とその保護者

【定 員】親子15組程度

【材料代】1,300円

【持ち物】持ち帰り用の袋

【申 込】11月1日(土)9:30～津高公民館窓口で
材料代を添えてお申し込みください。

※津高学区愛育委員会の協力で、お子様の託児を
行います。



天体観望会 in 津高

第4回は、いよいよ環の細くなった土星と最果ての
惑星「海王星」や「天王星」を見てみましょう。

また、秋の夜空はアンドロメダ姫とペルセウスの
物語に出てくる星座がたくさん見えます。天気が良け
れば、それらの星座を案内していきたいと思います。
(アンドロメダ銀河も見てください)

このころになると、夜はとても寒くなるので、防寒
着を忘れずをお願いします。

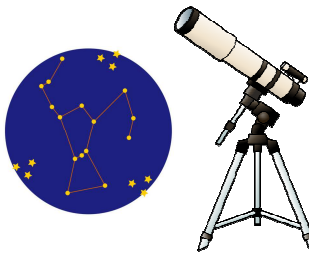
【日 時】11月22日(土) 18:00～20:00

【対 象】小学生以上先着30名

【開催場所】津高公民館隣の駐車場

【申 込】10月25日(土) 9:30～
津高公民館窓口または電話にて受付

※夜は冷えますので、
温度調節できる服装で
お越しください。



共催:公益財団法人岡山市公園協会 緑化推進課

お正月を飾る寄せ植えづくり

新しい一年の始まりを、すてきな寄せ植えで迎え
ませんか?玄関やお部屋を上品に演出します。植物
の取り扱い方法なども学んでいきましょう。

【日 時】12月5日(金) 13:30～15:00

【対 象】どなたでも

【定 員】12名(先着順)

【材料代】2,000円(当日集金)

【持ち物】筆記用具、ビニール手袋
持ち帰り用袋

【申 込】津高公民館窓口、電話
二次元コードにて受付

※11月21日(金)まで受付。11月28日(金)以降の
キャンセルは材料代をお支払いいただきます。



津高蒼樹会 館外研修報告



令和7年10月7日(火)に真庭市蒜山方面
に行ってきました♪



◇塩釜冷泉

蒜山の裾の谷間から湧き出ている冷泉で、旭川の源流にもなっ
ています。手をつけると冷たい水、森の中に差し込む木漏れ日に心が
洗われる気持ちになりました。

◇蒜山ハーブガーデンハービル

ハーブガーデンハービルでは、心癒され
る時間を過ごしました。園内にはラベンダーをはじめてとしたハーブや花が多く、風に乗って漂う香りが印象的でした。併設されて
いるカフェでは、蒼樹会員の皆さんがハーブティーやラベンダーソフトを美味し
そうに食べていました。



【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)

環境整備ボランティア募集

四季折々の花が一年中綺麗に咲く、津高グレースガ
ーデンと一緒に綺麗にしませんか?

草取りや花の手入れなど、できることを無理なくお
手伝いしていただければ嬉しいです♪

ご都合の良いときに、いつでもご参加いただけます!
【申 込】津高公民館窓口又は電話にて。

ITボランティア募集

パソコン相談室で教えて下さるボランティアの方を
募集しています。パソコンに詳しい方、大歓迎です。
興味のある方、お待ちしております。

【日 時】毎月第3土曜日/13時半から15時半
【申 込】津高公民館窓口又は電話にて。

メールアドレスが変わりました!!

旧: tsudakakouminkan@city.okayama.lg.jp

新: tsudakakouminkan@city.okayama.jp

lg. がなくなったアドレスになりました。変更よろしくお願いします

津高地区交通安全対策協議会
が表彰されました。

交通安全に対する意識の高揚を
はじめ、交通安全の活動に尽力され
ている津高地区の交通安全対策協
議会が、その功績を認められ、この度、
表彰されました。



また、9月の「秋の交通安全市民
運動」では、パトカーを先頭に交通
安全を呼びかけながら津高地区内を
パレードしました。

