

いちのみや

一宮公民館
[公式]
Instagramを
発信中!!

公民館活動の様子を
動画や写真で
ご覧ください!!

Instagram
フォローや
いいね!おねがいします♪



ホームページ



フェイスブック

発行 岡山市立一宮公民館 No.175号 2025年12月1日発行
〒701-1211 岡山市北区一宮638-1 電話・Fax (086)284-6224
E-mail ichinomiyakouminkan@city.okayama.jp (9/1より変更)

一宮バンド ♪ ウインターコンサート ザ・フリースカイと歌おう!

「一宮バンド ザ・フリースカイ」は、5人組のボランティアグループです。地域での支え合い、介護予防、高齢者の居場所づくりを目的として、公民館講座「地域応援人づくり講座」の修了生が結成しました。懐かしい曲の数々♪

【日 時】 1/26(月)10:00~12:00

【定 員】 30名 【参加費】 無 料

【申込み】 12/18(木) 9:30から 窓口・電話で受付

歌って、笑って、
楽しいひと時を
ごいっしょに
楽しみませんか?

2026年
どうぞよろしく
お願い申し上げます

公民館で!

行く年も来る年も

「やさしいまち いちのみや」

♪ 春の七草を探そう

おすすめ!

公民館の周辺で、春の七草を探します。親子でも、大人の方のみでも、大歓迎!
地域の自然や歴史にふれながら散策した後は、七草がゆの試食を予定しています。

【日 時】 1/31(土)10:00~12:00頃

【講 師】 河田博行さん・森弘子さん(吉備の中山を守る会)

【対象・定員】 小学生10名(3年生以下は保護者同伴)

【受講料】 無 料

【申込み】 12/20(土)9:30から 窓口・電話で受付

中学生ボランティアグループ
「サンプル」企画☆

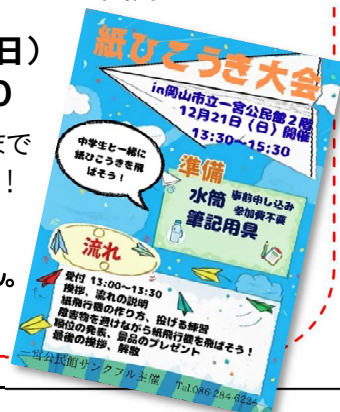
紙ひこうき大会!

中学生ボランティアグループ「サンプル」のメンバーが企画・運営する講座です!中学生といっしょに紙ひこうきを飛ばして 交流しよう!

【日 時】 12/21(日)
13:30~15:30

【対 象】 子ども~おとなまで
どなたでも!!

★参加費・申込みは
いりません。
みんなであそぶね~!



ハンドメイドくらぶ・つくるん♪

♪ お正月かざりづくり

お正月を、かわいい手づくりのお飾りで迎えませんか!

【日 時】 12/23(火)10:00~12:00

【講 師】 本郷 由紀枝さん(ハンドメイド作家)

【対象・定員】 大人・15名

【受講料】 200円 【材料代】 500円(当日集金)

【申込み】 12/2(火)~16(火)迄 窓口・電話で受付

一宮公民館主催講座のご案内

いちのみや

地域応援人づくり講座

防災ボランティア養成講座

防災を知りたい方・学びたい方・実践したい方、どなたでも！

第2回 12/7(日) 10:00～12:00
「公民館での避難所開設訓練」

【講師】岡山市危機管理室 職員

【内容】避難所開設時の役割分担は？
テント張りの実演・簡易トイレの設営
第3回 1/13(火) 13:30～15:00
「一宮地域の防災について考えよう」
**～防災士の方や消防団の方々の体験談と
ワークショップ～**

【定員】40名

【受講料】無料 【持ち物】筆記用具、飲み物

【申込み】公民館窓口・電話で受付中

第1回は終了
しましたが、第2回、
第3回のみ参加も
お待ちしております！

認知症になっても安心して 住み続けることができる 地域づくり

新しく企画する講座です。自分自身の不安、家族や地域の
人に対する対応法、そして地域づくりを進めていくためのサ
ポーターづくりもめざしています。

① 1/15(木) 13:30～15:30

「支える側、支えられる側」

New!

② 1/29(木) 13:30～15:30

「地域で見守るためにどんなことができる？」

【講師】岡山市北区北地域包括支援センター職員

【定員】20名

【受講料】無料

【申込み】窓口・電話で受付中

介護予防教室《12.1月》

●一宮ふれあい元気教室 12/1(月)、1/5(月)、2/2(月) 10:00～12:00

一宮公民館にて ◆申込み:不要 ◆参加費:無料

●平津ふれあい元気クラブ 12/8(月)、1月休み 10:00～12:00

平津コミュニティハウスにて ◆申込み:不要 ◆参加費:必要

●桃丘ふれあい元気クラブ 12/19(金)、1/16(金) 10:00～12:00

桃丘コミュニティハウスにて ◆申込み:不要 ◆参加費:不要

防災 公民館の窓から…

<12・1月の公民館活動報告>

一宮公民館では、「地域応援人づくり講座」として、
年間を通してさまざまな防災への取組を行っています。

「いちのみやジュニア防災教室

～災害からいのちをまもろう～(小学生を対象に)」

今年度は、9月22日
に平津小学校3・4年
生合同で、11月7日に
中山小学校4年生3ク
ラスで、それぞれ「ジュ
ニア防災教室」を行
いました。

館長から、平成30年
の豪雨災害でこの地域
も被害に遭った様子な
どを、写真を交えてお
話した後、公民館職員
(防災士)のレクチャ
ーで「知恵と工夫クイ
ズ」を行いました。これ
は、身近な道具をどう
組み合わせると、災害
時に活用できるかを、
みんなで知恵や工夫を

出し合って考えるとい
うクイズです。

◇ ◇ ◇

「水道が止まった時
どうやって給水車などか
ら水を運ぶ？」という問
いに対して、様々なアイ
デアを出してくれた児童
の皆さん。ポリ袋に水
を入れて固く口を結びリ
ュックで運ぶ方法を実際
に体験！リュックを、手



↑「知恵と工夫クイズ」。身近な道具の力
ードの中から使えるものを選びます。



→「軽！」水の入ったポリ袋を
背負ってビックリ！

「家にあるものが防
災で使えることを知り
ました」という感想に
もあるように、知恵と
工夫次第で、防災への
備えはできます。小学
生たちが家族でもそん
な知恵を話し合っても
らえたらいいなと思
います。小学生から次々
飛び出す柔軟な発想
に、私たちも学ぶこと
ができました。

折り方に苦戦しながら
も、全員お皿を完成さ
せることができました。
「新聞紙がお皿にな
るとは思いませんでした」
という感想もありまし
た。



→「元気よく手を挙げて
発表をしてくれそうです」

持つと重いの背
中に背負うと軽く
感じてビックリ！
これなら僕にも私
にも運べる！と大
盛り上がりまし
た。

◇ ◇

また、新聞紙を
折ってお皿を作る
体験もしました。

ぼうさい女子カフェ

～わが家の防災力アップ！備えの6ステップ～

あえて女性限定！防災について女性ならではの視点で工夫や知恵を学んでみませんか！3日間のシリーズ講座で、防災の備えができます！

①1/30(金) 10:00～12:00

防災のすすめのお話・0次に備える

②2/ 6(金) 10:00～12:00

ハザードマップから備える・食料を備える

③2/17(火) 10:00～12:00

ライフラインを備える・持出し袋を備える
＋収納場所の重要性

【講 師】OKAYAMA お片づけチーム momo

【定 員】15名 【受講料】無 料

【申込み】窓口・電話で受付中

もも太郎パソコン教室《共催》一宮ITサポーター会

パソコン初心者相談コーナー

インターネットやパソコンの歴史や仕組みを知ること、インターネット・パソコン・スマホをより安全かつ効果的に活用できます！一緒に学んでみませんか。

① 1/9 (金) 13:30～15:30

「キミのパソコン・スマホ、一体どうなってるの？
中身をのぞく冒険に出かけよう！」

② 1/16 (金) 13:30～15:30

「インターネットはどう動いている？
仕組みと歴史をやさしく解説！
～インターネット誕生の意外なきっかけ～」

【講 師】一宮ITサポーター会 中山 雅之

【受講料】無料 【定員】20名 【申込み】窓口・電話で

※12、1月のパソコン初心者相談コーナーはお休みです

子育てサロン にこっと😊

のんびり ゆったり♪お子さんといっしょに遊んだり大人同士がおしゃべりしたり、親子が“にこっと”できる場です。

12/22(月) 10:00～11:30

「ももちゃん文庫のおはなし会♪」

1/26(月) 10:00～11:30

「こまとおにのこうさく！」

【対 象】就園前の子どもとその保護者

【申込み】窓口・電話・2次元コードで→

「子育て応援サポーター
にこっと😊」が
お待ちしております♪



その他の講座《12、1月》

※いずれも申込み受付は終了しました。

～講座の詳細は、公民館までお問合せを～

●辻先生の健康教室 12/15(月)、1/19(月)10:00～12:00

●高齢者教室 12/18(木)13:30～15:00

●学びなおし教室 12月お休み、1/17(土)10:00～12:00

【予告】

一宮公民館 みらい会議

「いちのみやフォーラムを一新！」

毎年、年度末に開催して
いました「いちのみやフォーラム」は、若い世代（中高生）から子育て世代、そして高齢者まで、地域のすべての世代が一堂に会し、「一宮公民館の未来を考える」地域ミーティングとして開催する予定です。

地域の皆さんと一緒に「一宮地域の子どもたちの未来」「子育て世代を支える地域の在り方」「高齢者が安心して暮らし続けられる社会」など話し合ってみませんか。開催時期など詳細は、次号でお知らせしたいと思います。

わいわいクラブ ★毎月の第1金曜日★

パートナーを亡くされた60～90代の方を対象にした集いの場です。お茶を飲みながら情報交換やお喋りを楽しみましょう！

【日時・内容】 12/5(金)14:00～16:00

「クリスマス会★

一宮バンド ザ・フリースカイといっしょに歌おう！」

【対 象】パートナーを亡くされた高齢者の方

【参加費】300円/回(茶菓子代)

【持ち物】マイカップ(ご自身用のコップ)

【申込み】窓口・電話で受付中

一宮おもちゃの病院

【日 程】12月お休み、1/25(日)

9:30～11:00 ★毎月の第4日曜日★

【対 象】子ども（必ず保護者と一緒に）

【治療費】無料（修理に必要な部品や電池等は実費必要）

【担当医師】吉備おもちゃ病院

お願い ◆おもちゃは1家族2個まで

◆コンピューターゲーム類、エアガン、電動ガン等は対象外 ◆修理時間がかかる場合はいったんお預かりします。後日受け取りをお願いします。

令和7年度

一宮文化祭

令和8年2月28日(土)・3月1日(日)

内容(予定): 作品展示、実技発表、茶席、他

* 詳細は公民館だより176号(2/1発行)でお知らせします。

公民館☆活用おたすけ企画!!

「クラブ講座」を立ち上げよう!

おすすめ!

公民館をもっともっと活用してみませんか! 「こんなことを楽しみたい」、「あんなことを学んでみたい」…、定期的・継続的にその機会をもつことのできる「クラブ講座」の立ち上げ方について、昨年度に引き続き 講習会を行います! 公民館職員がていねいにサポートしますよ♪

【日時】1/23(金) 13:30~15:00

【定員】とくになし 【受講料】もちろん無料

【申込み】窓口・電話で受付中!

お気軽にご参加ください。

中山学区栄養改善委員会 主催

中山学区栄養教室

【野菜たっぷり簡単料理講座】

栄養教室は健康づくりのための栄養・食生活について学ぶ講座です。栄養士さんが考案したメニューを皆で楽しく作ってみませんか。

【日時】12/15(月) 10時~13時頃

【場所】一宮公民館・料理講座室

【対象】食と健康に関心がある方

【定員】5名(先着順)

【献立】冬のドライカレー、カリフラワーとパプリカの甘酢、皮までおいしくかぼちゃのスープ、コーヒーマーのアーモンドミルク風味

【参加費(材料代)】300円

【持ち物】エプロン、三角巾、マスク、手拭き

【申込み】12/10〆切

中山学区栄養改善委員会会長

橋本(☎284-7705) まで

地域情報

公民館
ロビー展

おかやまっ子作品展

(中山中学校区4小学校図画工作展)

1/6(火)~19(月)16時まで

中山・馬屋下・平津・桃丘の4小学校児童が図画工作の授業で作った作品の展示会です。

【クラブ講座 作品展示】

・川柳クラブ 12/1(月)~15(月)

【一般 作品展示】

・イスの展示 1/20(火)~31(土)

素晴らしい作品の数々をご覧ください!

※公民館の開館時間内、いつでもご覧いただけます
※期間・内容に変更のある場合があります。

一宮公民館★カレンダー

★12・1月の休館日★ 毎週 水曜日 休館日

12/28~1/4 (年末年始) 1/12 (成人の日)

12月							1月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6					1	2	3
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	31

28日~31日: 年末休館

1日~4日: 年始休館/12日: 成人の日

《開館時間》9:30~21:00 (日曜は17時まで)

《休館日》水曜日・祝日、年末年始

<年末・年始の資源化物拠点回収>

12/25(木)~令和8年1/4(日)休止します

年内は12/23(火)17時まで! 年始は1/5(月)9時30分から!

◆回収日・時間 公民館の開館日の9:30~17:00

◆回収場所 公民館玄関に向かって西側の角

<回収できるもの>

空き缶、ガラスびん(無色、茶色、青・黒・緑色等)、
蛍光管、スプレー缶 ※スプレー缶はガスを使い切ったから、緑色のコンテナに入れてください。

《お願い》 ※休館日の水曜日、祝日及び年末年始は回収していません。※事業所(会社・自営に関わらず)で出る資源化物の持ち込みは禁止です。