



# とみやまだより

第351号 2026年1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](mailto:tomiyaamakouminkan@city.okayama.jp)  
フェイスブック <https://m.facebook.com/TomiyaamaKouminkan>

あけましておめでとうございます  
本年もどうぞよろしくお願いいたします  
岡山市立富山公民館 職員一同

## 子育て座談会

子育てについて悩みや不安を感じていませんか？みんなで話し合うことで子育てのヒントを得たり、元気につながったりする機会になればと思います。今回は、多様な状況にある生徒たちが学ぶ通信制高等学校、第一学院高等学校岡山キャンパス（岡山市北区錦町）で学ぶ生徒さんに話題提供していただきます。

〈日 時〉 1月30日(金) 18時30分～20時30分  
〈場 所〉 富山公民館 2階 第2講座室 〈受講料〉 無料  
〈対 象〉 子育て中の方、子どもと関わっている支援者の方 など  
〈定 員〉 20名(先着順) 〈申込み〉 富山公民館まで

地域応援人づくり講座

## 富山学区 サロン交流会

主催: 富山学区小地域ケア会議  
共催: 富山公民館、岡山市市民協働企画総務課  
協力: 岡山市社会福祉協議会、岡山市中区地域包括支援センター、岡山市ふれあい介護予防センター

富山学区のサロンや高齢者・子どもの居場所など、地域の集いの場の情報交換会です。興味・関心のある方はお気軽にご参加ください。

〈日 時〉 1月29日(木) 13時30分～15時30分  
〈定 員〉 50名(先着順) 〈参加費〉 無料  
〈申込み〉 できるだけ1月8日(木)までにお申し込みください。

## 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。1月は富山小学校を見学します。現地集合、現地解散です。

〈日 時〉 1月20日(火) 10時～11時30分  
〈場 所〉 富山小学校 〈受講料〉 無料  
〈申込み〉 1月16日(金)までに富山公民館にお申し込みください。

## 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〉 1月17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も可)  
〈託 児〉 定員5名、託児料300円(お申し込みは1週間前まで)

## 富山映画会

受講料無料

1月「綾小路きみまろ」「爆笑王 やすしきよし」2本立て

〈日 時〉 1月8日(木) 10時30分～12時 (時間注意)

2月「黄色いリボン」1946年 130分

監督: ジョン・フォード 出演: ジョン・ウェイン、ジョアン・ドルー

〈日 時〉 2月16日(月)(曜日注意) 10時～12時

〈申込み〉 1月8日(木) 9時30分～

※お詫び チラシ等で、3月12日(木)に「スパイの妻」(2007年)を上映すると広報していましたが、都合により「信さん 炭坑町のセリナーデ」(2010年 出演: 小雪、池松 壮亮)に変更します。

共催: とみやまエコクラブ、富山学区婦人会

## フードドライブにご協力ください ～食品ロスをなくそう! 食品の寄付募集～

家庭で余っている食品を集めて、食品を必要としている団体、施設等に寄付する活動「フードドライブ」を実施します。みんなで「食品ロス0」をめざしましょう。寄せられた食品は児童養護施設等に寄付させていただきます。

〈受取期間〉 1月13日(火)～1月31日(土) 9時30分～17時  
※ 休館日(水曜日)は除きます。

富山公民館窓口までご持参ください。

〈対象食品〉 缶詰・瓶詰、インスタント・レトルト食品等、長期保存が可能なものに限りです。詳しくは富山公民館までお問い合わせください。



## パソコン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〉 1月23日(金) 13時～15時

1月30日(金) 13時～15時

2月 9日(月) 10時～12時 (全3回)

〈内 容〉 Excel で今年の健康管理表を作りましょう

〈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〉 事前申込が必要です。公民館窓口・電話で現在受付中。

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合せください。



主催: 岡山市中区役所・山陽学園大学

## 健康チェックをしてみませんか <参加無料>

山陽学園大学看護学部の教員と学生による健康チェックを行います。

〈主な測定内容〉 認知機能、運動能力、骨密度、体内水分量、  
血管年齢、肌年齢 等

〈測定日〉 2月17日(火) ①10:30～12:30 ②13:30～15:30

※①②のご都合の良い時間をお選びください。

〈結果説明日〉 2月27日(金) 13:30～15:30

〈場 所〉 富山公民館(測定日・結果説明日とも)

〈対 象〉 中区在住の65歳以上で、測定日と結果説明日の  
両日参加できる方

〈定 員〉 各回とも10名程度(応募多数の場合は抽選)

〈申 込〉 中区役所総務・地域振興課へ電話、E-mail、申込書を郵送、  
FAX または直接持参。(2月2日(月)必着)

※申込書は公民館にあります。中区役所のホームページからもダウンロードできます。※富山公民館では申込受付を行いません。

〈問い合わせ先〉 中区役所総務・地域振興課 区まちづくり推進室

電話番号 086-901-1602 FAX 番号 086-901-1604

E-mail [nakakusoumu@city.okayama.jp](mailto:nakakusoumu@city.okayama.jp)



## 倉安川の清掃活動の報告

12月7日に富山の自然を楽しむ会と共催で、公民館を中心とした東西約1.5kmの範囲で清掃活動を行いました。富山学区内の各種団体から44人(中高生ボランティア19人含む)にご参加いただき、可燃ごみ・不燃ごみ合計で約67kgと多くのごみを回収することができました。今後も、どうすればごみを減らすことができるかを考えていきたいと思っています。ご参加いただいた皆様、本当にありがとうございました。



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〉 1月22日(木) 10時～12時  
 〈場 所〉 富山公民館 2階 第1・2講座室  
 〈内 容〉 足をケアして元気に歩ける足づくり  
 〈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)



富山中学校区地域協働学校・富山地区青少年育成協議会・富山学区安心安全ネットワーク協議会 防犯部会 からのお知らせ

**2月はあいさつ運動を実施します。**

令和8年2月13日(金)に「あいさつ運動」を実施します。あいさつ運動の目的は、

- ・ 幼少期から近所の方に見守られることにより、子どもを地域で育てる。(地域の子どもたちへ声をかける習慣をつけ、健全育成に役立てる)
- ・ 笑顔溢れる富山学区にしていきたい。



あいさつ運動は、通学路、小中学校の正門付近で行っています。地域のみなさんもあいさつ運動にご協力ください。

**「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、ドンジャラ、将棋、カタンなど)、昔あそび(けん玉、あやとり、お手玉など)、卓球、折り紙、お絵描き、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！



1月は「お正月あそびをしよう！」と題して、こま回し、福笑い、かるたなどで楽しめます。百人一首もあるよ！

〈日 時〉 1月9日(金)、2月13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



ATUUREBO.TOMIYAMA

※Instagramもチェックしてね！ ↑

主催：認知症サポーターリーダー富山会

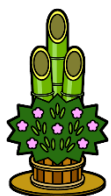
**第95回「オレンジカフェ青春」**

〈日時〉 1月26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 ◆健康寿命を延ばすために  
 ・認知症と足裏ケアと靴のはなし  
 希望者には、足裏圧力測定・身体の重心測定を実施していただけます。  
 講師 靴工房 グラート岡山店 中村 徹さん  
 第2部 新春を祝ってみんなで学び楽しく遊びましょう  
 ◆歌・詩の朗読・民話の語り・脳トレゲーム 等  
 〈参加費〉 100円 〈定 員〉 50名  
 〈申込み〉 必要・当日参加可  
 〈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35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。今月は「新年会」です。

〈日 時〉 1月19日(月) 13時30分～15時30分  
 〈場 所〉 富山公民館 2階 第1・2講座室  
 〈内 容〉 Part1:「大正琴クラブ」の皆さまの演奏♪  
 Part2:「みんなで一言話しましょう、それをみんなで聴きましょう！」(新春たのしい「しゃべり場」)



〈問合せ先〉 TEL(086)274-0912 大河原さんまで

**会員募集中** ボランティアも歓迎！

岡山市令和7年度困難を抱える女性への支援事業

**withyou ホットライン**

こんな相談、どこにもできないと思ってた…。

家族や人間関係の悩み、パートナーのこと、学校や職場のことなど、ひとりで不安にならずに、まずは連絡してみよう。

若年(子供・学生)女性～女性(大人)のお悩みに対して、女性の相談員と一緒に考えていきます。

〔月～木・土・日〕 10時～16時 〔金曜日のみ〕 14時～21時

**YORIBA カフェ「meet」**

実際に会いして軽食しながら、色々とお話ませんか？

第3日曜日 12時～16時 場所：岡山市中区湊467-5

【電話】090-6242-5424 【LINE】下の二次元コードから

※「withyou 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。

〔問合せ先〕 NPO法人オカヤマビューティサミット

TEL (086)206-2700

**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。

1月は富山公民館で実施します。 **※要予約**

〈日時〉 1月15日(木) 13時30分～15時30分

〈場所〉 富山公民館 1階 研修室(和室)

〈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

**親子ふれあい広場**

主催：富山学区愛育委員会

友達づくりの場として、くつろぎながらホッとできる場です。子育ての悩みはありませんか？富山学区担当の保健師さんも来られます。

〈日時〉 2月19日(木) 10時～11時30分

〈場所〉 富山公民館 1階 実技室

〈対象〉 就園前のお子さんと保護者 〈内容〉 工作、紙芝居など

〈参加費〉 無料 〈申込み〉 富山公民館まで

**ぽけっと文庫**

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〉 1月16日(金) 15時30分～16時30分

〈場所〉 富山公民館 1階 研修室(和室)

**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〉 1月14日(水) 10時～11時

〈場所〉 菅田さん宅 〈申込み〉 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



※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くるね！