



# 津高文化祭

文化祭に関わってくださった皆様、本当にありがとうございました。この場をお借りして深く感謝申し上げます。2日間の来場者数は1,000人を越え、地域の方々の笑顔に包まれながら、とても盛り上がりをみせた文化祭となりました。



今年度で3回目となる津高防災キャンプ「親子で体験♪学ぼうさい！」に多くのご家族の参加をありがとうございました。災害は、いつ・どこで発生するか分かりません。「自分の命は自分で守る」ために必要な知識と技能を1つでも身に付けていただけたらと思っています。ご協力いただいた連合町内会をはじめとする地域の方々、消防関係の方々に厚くお礼申し上げます。



【各講座の申込方法】電話、二次元コード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も）



# 津高公民館だより

第200号 発行日：令和8年1月  
発行：岡山市立津高公民館  
〒701-1144 岡山市北区柏谷1677  
Tel・Fax 086-294-4222  
tsudakakouminkan@city.okayama.jp  
<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011371.html>

## 津高公民館だより 祝☆200号達成

29年目もよろしく  
お願ひ致します♪



## 1・2月 主催講座案内

場所は、すべて津高公民館でやっているよ！！

共催：ゆるりふらっと町づくりプロジェクト

### ゆるりふらっと介護力カフェ

- 【日 時】1月15日(木) 14:00～16:00  
【内 容】「ゆるふらで初笑い」  
【講 師】ゆるふら町づくりプロジェクトスタッフ  
【日 時】2月19日(木) 14:00～16:00  
【内 容】「高齢者と防災」  
【講 師】就実大学 薬剤師 吉井圭佑さん  
【対 象】どなたでも  
【定 員】20名程度  
【参加費】100円(お茶代) ※当日集金  
【申 込】必要

### ゴミ・ゼロ 不用品リユース祭

自分では使わないけれど、だれかに使ってほしいものや使うチャンスがないものはありませんか？  
あなたにとっての「不用品」を必要な人に有効に使ってもらいましょう。

### 物品を持込みたい方

- 【物品持ち込み期間】1月19日(月)～1月31日(土)  
【持ち込める物品】新品・未使用  
●中古品の場合は、次の人気が気持ちよく使えるもの。  
●食品の場合は賞味期限・消費期限までの日数が1か月以上あるもの。(冷蔵・冷凍が必要なものや腐敗が進むものは不可)  
●その他、公民館で「ふさわしくない」と判断したものは不可。

### パソコン相談室

- 【日 時】1月17日(土) 13:30～15:30  
2月21日(土) 13:30～15:30  
(毎月第3土曜日)  
【受講料】100円 【対 象】どなたでも  
【申 込】必要 【定 員】5名



※「リユース祭」終了時に残っていた物品は、持ち込んだ方に引き取っていただきますので、ご承知おきください。

### 物品を持ち帰りたい方(無料)

- 【持ち帰り期間】1月26日(月)～2月7日(土)  
(1月25日以前のお持ち帰りはできません)  
【手続き】①展示品を見て、欲しい物品を事務室に持ってくる。  
②番号札を事務室に渡して、物品を持ち帰る。

【各講座の申込方法】電話、二次元コード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も）



## 少年自然の家の指導員と一緒に遊ぼう！

【日 時】1月18日(日) 10:00~12:00  
 【内 容】ストーンペイント、カモフラージュディスコン。※雨天時はドミノたおし、ストーンペイント、ディスコンの3つを行います。  
 【受講料】無料  
 【対 象】小学生以下  
 【定 員】先着20名  
 【持ち物】タオル、飲み物、上履き  
 【服 装】汚れても良い、暖かい服装  
 【申 込】窓口、電話、  
 二次元コードにて受付。  
 二次元コードの  
 申込はこちらから

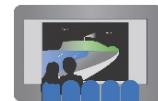


## 津高ふれあい元気教室

健康づくりのための軽い運動や、講話を行います。  
 【日 時】1月20日(火) 13:30~15:30  
 【内 容】「意外に知らない！」  
 食事にまつわるウソ・ホント  
 【日 時】2月17日(火) 13:30~15:30  
 【内 容】「呼吸を改善して健康アップ！」  
 【受講料】無料  
 【対 象】おおむね65歳以上の方  
 【定 員】30名ほど  
 【持ち物】筆記用具、上履き、タオル、飲み物  
 【申 込】不要

## 津高シネマ

【日 時】1月27日(火) 13:00~  
 【内 容】「シャーロックホームズ  
 バスカヴィル家の犬」  
 魔犬の呪いで当主が怪死。ホームズが調査し、人為的な陰謀である真相を暴く物語。  
 【日 時】2月24日(火) 13:00~  
 【内 容】「大いなる幻影」  
 第一次大戦下、捕虜となったフランス将校たちが敵味方を超えた友情と階級差の現実を描く。  
 【受講料】無料 【対 象】どなたでも  
 【定 員】各回20名 【申 込】不要  
 【備 考】飲み物は各自でご用意ください。



## 作って学ぶ 韓国料理教室

韓国の家庭で親しまれている味・食の背景にある文化や習慣を実際に作りながら学ぶ講座です。料理初心者の方でもご参加いただけます。  
 【日 時】1月29日(木) 10:00~12:00  
 【献 立】キンパ、チヂミ、スープ  
 ※アレルギー対応不可  
 【講 師】平井 香美先生  
 (高松公民館 韓国語会話クラブ講師)  
 【受講料】1,500円  
 【対 象】18歳以上の方  
 【定 員】20名  
 【持ち物】エプロン、三角巾、マスク、布巾  
 【申 込】1月20日(土) 9:30~から窓口で受け付けます(1月22日(木)以降は材料費の返金はできません。)



## 子育て講座<親子で体操>

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

柔軟体操・リズム体操・マット運動をして、体をしっかりと動かしませんか？お家時間にもできるストレッチを体験して、寒い冬を元気に乗り越えましょう！参加お待ちしています♪

【日 時】2月17日(火) 10:20~11:20  
 (10時集合)

【講 師】OSKスポーツクラブ指導員

【受講料】無料

【対 象】未就園児とその保護者16組

【持ち物】タオル、飲み物

【申 込】窓口、電話、

2次元コードにて受付。



岡山市施設予約サービスでクラブ講座の活動日を変更、追加ができます。  
 スマホやパソコンから簡単に予約できます。



## 健康香和主催 健康講演会

もっと快適にシニアライフを楽しもう！  
 健康寿命に必要な聴こえの知識と耳のフレイル予防  
 聴覚の健康を保つためのヒントや、コミュニケーションをよりスマーズにするための工夫について考えてみませんか。

【日 時】2月21日(土) 10:00~11:30

【場 所】津高公民館 第1・2講座室

【講 師】岡山大学病院 聴覚支援センター  
 片岡 祐子さん

【受講料】無料 【対 象】どなたでも

【定 員】60名程度

【申 込】町内会回覧、2次元コード他

二次元コードの  
 申込はこちらから



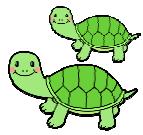
## トモスカイ津高<講演会>

子育てには疑問や不安なことがありますよね。気になることを、ざっくばらんに先生や子育ての先輩と話し合いませんか？興味のある方はぜひお越しください。

【日 時】2月28日(土) 10:00~12:00

【内 容】「特別支援の視点から見た  
 子どもの関わり」

【講 師】岡山市立箕島小学校  
 校長 久本 由美子さん



【受講料】無料 【対 象】どなたでも

【定 員】20名程度

【申 込】窓口、電話、2次元コード

二次元コードの  
 申込はこちらから



## 【その他自主講座のご案内】



ゆるりふらっと町づくりプロジェクト主催

### デコ巻き寿司作り

可愛い巻き寿し作りを通して、子どもから高齢者まで、みんなを巻き込んで元気にしていくイベントです。津高にお住いの方とペアでのご参加お待ちしています。

【日 時】1月31日(土) 14:00~16:00

【講 師】デコ巻き寿司認定講師 ミカ卷キネンさん

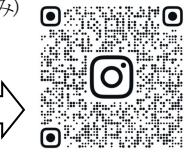
【受講料】1組 1,000円 【定 員】先着12組

【持ち物】エプロン、マスク、持ち帰り容器

【申 込】電話: 080-1908-7704(のがみ)

またはインスタ DM

ゆるりふらっとの  
 インスタグラムはこちらから



## 野谷小学校の 2年生が公民館の 見学にやって 来ました！



公民館の役割や仕事について学びました。  
 活動中のクラブ講座を見学したり、館内を見て回りました。  
 「うまくできるか不安だったが楽しく過ごすことができた」との感想がありました。

## 香和中学校2年生が職場体験をしました。

11月5日(水)~11月7日(金)の3日間、公民館周辺の環境整備や津高文化祭の準備、防災キャンプの活動紹介ポスターの作成など体験しました。

「うまくできるか不安だったが楽しく過ごすことができた」との感想がありました。

## 津高公民館よりお知らせ

### ○年末年始の休館について

1月28日(日)~

令和8年1月4日(日)

の間は休館いたします。

年始は1月5日(月)より

通常開館いたします。

資源化物の回収は1月23日

(火)まで。年始は令和8年1月

5日(月)から開始いたします。

※1月24日(水)~1月4日

(日)の間は、回収できません。

