

# 瀬戸公民館だより

★出会う ★つながる ★学び合う ★活躍する

No.180 令和8年(2026) 4月1日号

## 瀬戸いきいき教室 毎月介護予防教室

申込不要

4/17(金)10:00~12:00 | 参加無料

内容:「フレイルチェックとゴム体操で猫背改善!」

詳細は 岡山市ふれあい介護予防センター へ (086-274-5211)

## せと\*つながり隊 共催 公民館つながり\*カフェ

福祉事業所の菓子・パン・野菜等の販売!

4/21(火)・5/19(火) 9:30~12:00

## 発達障害者・発達障害児を支えるみんなの みら★くる

4/21(火)・5/19(火) 10:00~12:00

お茶代 1人50円(当日集金) | 申込受付中 来館・電話

## ムービーシアター SETO 2026

4/24(金) 13:30~15:30

作品:「レンタル×ファミリー」(2024年 日本映画)

父をレンタルする選択をした家族を通して、愛と依存を描く3つの物語。

## 地域応援人づくり講座 第1回 玉手箱ウォーキング

東大寺サミットに向けて東大寺瓦窯跡周辺をウォーキング

4/25(土) 9:20~12:00 | 定員: 20名

集合: 万富公民館 駐車場 | 申込受付中

[共催] 江西学区健康21推進協議会・

東区保健センター・瀬戸町の文化財を語る会



瀬戸南高校生による

## カーネーション入り寄せ植え講座 & カーネーション鉢花・草花苗 寄せ植え販売会

### ■カーネーション入り寄せ植え講座

5/9(土) 9:30~10:30 | 場所: 瀬戸公民館

定員: 20名 | 材料費 1,500円

受付: 4/11(土) 9:30~来館 (料金を添えて)

### ■カーネーション鉢花・草花苗 寄せ植え販売会

5/9(土) 10:30~12:30 | 場所: 瀬戸公民館

寄せ植え(600円~1,500円)など

★1,500円の寄せ植えはカーネーション苗も入っています

あっ晴れ!  
もも太郎体操

4/10(金)・4/24(金)・5/8(金)  
10:00~ 1F ロビー 申込不要・参加自由

各種無料相談会

ひまわり福祉相談センター

4/21(火) 13:00~16:00

【発行】岡山市立瀬戸公民館  
〒709-0861  
岡山市東区瀬戸町瀬戸54-1  
TEL: 086-952-4146  
FAX: 086-952-4163  
setokoumin@city.okayama.jp

ホームページ



Instagram



@SETO.KOUMINKAN\_OY

## 瀬戸町生きもの探偵団



申込フォーム



申込開始  
4/11(土) 10:00~

### ■春の生きものを見つけ!

in フォレストパーク「ドイツの森」

5/9(土) 9:30~11:45 (集合 9:15)

※雨天時は5月10日(日)に実施

観察場所: おかやまフォレストパーク「ドイツの森」

集合場所: ドイツの森 駐車場

講師: 山田勝さん・村上勇さん(岡山県自然保護推進員)

定員: 20組 40名程度 | 持ち物: 虫あみ、虫かご

参加無料 | 《入園料》大人 500円 / 高校生以下 無料

★ダルマガエルの会より入園料を一部負担します

[共催] おかやまフォレストパーク「ドイツの森」

■2026年度の瀬戸町生きもの探偵団は、全6回 実施予定です

## ピア/YouTuber みやけん と学ぶ! プロと共演ワークショップ & YouTube配信ライブ体験ミニコンサート

YouTube登録者 30万人超のアーティストと、音楽やダンスなど様々なジャンルで共演しよう!ライブ配信も同時に体験できる特別プログラム!

5/16(土) 13:00~16:30 (予定)

詳細情報・申込はこちら

★リアルタイムで動画をYouTubeに配信予定

共演ワークショップ・ミニコンサートともに

参加・観覧無料 ※要申込(事前申込制)

大研修室(ホール) 定員400人に達し次第締め切ります。

申込のない方のご入場はご遠慮ください。

申込開始 4/4(土) 10:00~



## せと健康塾 ロコモティブシンドローム予防教室

高齢者の運動機能低下(ロコモ)予防に欠かせない、ストレッチや筋力アップの方法を学ぶ講座を開講します!

5/18(月) 13:30~15:00(原則 第3月曜日) | 定員: 35名

講師: 辻 博明 さん(岡山医療専門職大学大学院教授)

参加無料 | 受付: 4/17(金) 9:30~ 来館・電話 (来館優先)

## 悠々ナビ 源氏物語は面白い 千年続く恋のかたち

「源氏物語」を紐解きながら、和の心に感じ入りましょう!

日 時	内 容
5/23(土)13:30-15:30	紫の上
6/20(土)13:30-15:30	女三宮
7/18(土)13:30-15:30	明石の君

※全3回通してご参加ください | 定員: 35名

講師: 北川 久美子 さん(高等学校非常勤講師)

参加無料 | 受付: 4/24(金) 9:30~ 来館・電話 (来館優先)

