

瀬戸南高校生の グラジオラス入り寄せ植え講座

6/11(木) 11:00~12:00 | 場所：瀬戸南高校
定員：20名 | 材料費 800円
受付：5/30(土) 9:30~来館 (料金を添えて)

※ 当日欠席の場合は、高校生作成の寄せ植えを
後日お持ち帰りいただきますので、ご返金はありません。

世界料理紀行 ベトナム料理づくりにチャレンジ

6/13(土) 10:00~13:00
定員：12名 高校生以上 | 料金：1,000円(材料代)
講師：治部 祐里 さん、村岡 万梨絵 さん
献立：フォー、揚げ春巻き、
とうもろこしのナンプラー炒め、ベトナムプリン
持物：三角巾、マスク、ふきん1枚、エプロン
受付：5/9 9:30~ 来館 材料費を添えて

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！

6/15(月)・7/13(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：受付中 来館・電話(来館優先)

つながり隊 共催 つながり*カフェ

福祉事業所の菓子・パン・野菜等の販売！

6/16(火)・7/21(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

6/16(火)・7/21(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

【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

瀬戸いきいき教室 毎月介護予防教室

申込不要

6/19(金)10:00~12:00 | 参加無料

内容：「こころの筋トレ」で毎日をハッピーに！！
詳細は 岡山市ふれあい介護予防センター へ (086-274-5211)

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 | 受付中 来館・電話(来館優先)



さんかくウイーク2026公民館行事 女はつらいよ！男もつらい！！

日常生活の「当たり前」を客観的に眺めてみませんか。

6/25(木) 14:00~16:00 | 定員：30名

講師：ジェンダー統計を語ろうかいの皆さん

参加無料 | 受付：受付中 来館・電話

ムービーシアター SETO 2026

6/26(金) 13:30~15:30

「種まく旅人～華蓮のかがやき」(2020年 日本映画)

実家のレンコン畑の後継ぎ問題に直面する銀行マンを通じて
日本の農業に携わる人々の大変さや喜びを描いた作品。

あっ晴れ！
もも太郎体操

6/12(金)・6/26(金)・7/10(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
6/16(火) 13:00~16:00