



こうじょ



主催:健康こうじょ21推進委員会

健康まつり in こうじょ

★日時: 8月6日(木) 10:30~13:00 (受付は11:30まで)

★会場:興除公民館 ★参加費:無料 ★申込み:不要



歯キラキラコーナー



噛む力のチェック
歯周病のリスクチェックなどの体験

来て見て体験! ~ 楽しく学ぶ健康づくり

健康に関する展示や体験コーナーがいっぱい。各コーナーを自由に巡って、自分にあった健康的な生活のヒントを見つけてください。

がん検診推進コーナー

乳がんモデル体験
肺気腫・肺の断面モデル展示

栄養コーナー

ベジチェック(推定野菜摂取量測定)
ベジクイズ・ベジ総選挙 等

リズムカル体操コーナー

音楽に合わせて
椅子に座ってストレッチ



ご来場記念品も用意しています ご家族・ご友人お誘い合わせの上、ぜひお越しください

興除バリスタ珈琲販売ありの2講座

-第86回 興除バリスタ・オープンカフェ- 「トリス」ロビーコンサート

女性1人・男性2人の大人のバンド「トリス」……
1970~80年代を彩るフォークソングをお楽しみください

- 日時: 7月25日(土) 14:00~15:30
- 場所:公民館1F ロビー
- 入場料:無料(申込不要)



8月 -興除キネマ倶楽部- 「ねこのひげ」(2008年日本)

それぞれ家族を捨ててともに暮らす男女の絆と
周囲の人々との交流をつづる人間ドラマ

- 日時: 8月21日(金) 13:30~15:20
- 出演:大城英司/渡辺真起子 他
- 定員:50名(先着順)
- 参加費:無料 ■申込み:7月17日(金)9:30より受付



※珈琲一杯100円 (マイカップご持参で10円割引。)
※興除キネマは上映前(13:00~13:30)までの販売です。

日用品ゆずりますコーナー開設

ご家庭で使っていないものはありませんか。公民館にお持ちいただき、ほしい方にゆずって有効に活用してもらいましょう。

【期間】 8月3日(月)~8月20日(木)
※ 持ち込み・持ち帰りとも期間中は可能

【場所】 興除公民館 1Fロビー

【持込可能な物品】 食器・日用品・おもちゃ 等

☆ 飲食食品、衣服等身に着けるもの、破損・汚れたもの、
使い捨ての使用済み消耗品等は不可。

☆ 期間終了後に残ったものは、8月31日(月)までに
持ち込んだ方に持ち帰っていただきます。

※ 持込の際は、事務室にて受付手続きが必要です。

のびのび広場 Come



★日時: 7月17日(金) 10:00~11:30
★対象・定員: 乳幼児とその保護者

大人の手芸 ③

- ブリザーブドフラワーでガラスボトルフラワー作り -

- 日時: 7月14日(火) 10:00~12:00
- 講師: 藤丸敦子さん (ドライフラワー アリエシヨブ草花 ToA)
- 定員: 20名(先着順)
- 参加費: 材料費のみ(1,500円)



興除公民館はクーリングシェルターに指定されています

岡山市では、危険な暑さから避難できる場所として、市内の施設をクーリングシェルターに指定しています。
興除公民館は、ロビーが指定されています。

毎月介護
予防教室

健康寿命を延ばして生涯元気に!! 興除健康UP教室

シニアの方におススメ! 楽しく元気になれる教室です。

■ 日時: 7月24日(金) 13:30~15:30
【深掘り! お口の体操で健康生活】

■ 受講料: 無料 ■ 申込み: 不要

【小学生対象講座のお知らせ】

※ 申込み方法など詳細については、公民館や各小学校で配布されるチラシをご覧ください。

→申込みは、7月2日(木)まで

『地域未来塾』

中学生・高校生のお兄さんやお姉さん、地域の大人の方が、夏休みの宿題や1学期のおさらいなどをサポート!

■ 日時: 7月18日・25日(土) 9:45~11:45

■ 内容: ① 1学期のおさらいやドリル ② 図画
③ 工作 ④ 習字 (習字は18日のみ)

『夏休み★子どもチャレンジくらぶ』

■ 日時と内容

- ① 7月21日(火)10:00~12:00
「ケーキ風デコでひみつのケースづくり」
- ② 7月24日(金)10:00~11:30
「きみも科学博士! バランスとんぼ工作教室」
- ③ 7月28日(火)10:00~12:00
「みんなでワイワイ! 室内あそびんピック」
- ④ 7月31日(金)19:00~20:30
「星をみよう★月と星のたんけんナイト」
- ⑤ 8月3日(月)10:00~12:00
「まわしすぎ注意! ぶんぶんゴマづくり」
- ⑥ 8月7日(金)10:00~12:00
「パン教室~さくらあんぱん・ごまぱん~」

興除男結! ケアメンジャー

女性介護者の会「ケアフリティー」 と初の交流会を開催!



6月15日、男性介護者の会「興除男結!! ケアメンジャー」と女性介護者の会「ケアフリティー」が初めて交流会を開催。

「介護現場における虐待の現状」と題して、西地域包括支援センターの立花さんにご講演いただき、続いて、日頃の介護の悩みを語り合いながら介護の専門家の方々にアドバイスをもらいました。

ご参加いただいた方々にとって、立場や性別を超えた「ほっと一息」つける時間となりました。

次回のケアメンジャーは、7月27日(月)10:00~12:00

◆ 給水スポットが1階ロビーに設置されました ◆

無料の給水スポットをロビーに設置しています。マイボトル専用で常温でも美味しい水をお飲みいただけます。ぜひご利用ください。



興除公民館クラブ活動紹介③ 「琴伝流大正琴アイリス」

★毎月第1・3火曜 10時~12時

講師 三好恭子さん

大正琴教室では、民謡、童謡、演歌、フォークソング等、いろいろなジャンルの曲をお稽古していきます。文化祭の曲や、県大会に向けて藤田教室の方々と同練習をしたり、介護施設の慰問にも出向いています。手指を動かしてメロディーを歌いながら演奏する事は、脳に大変良い刺激を与えらると思います。是非一度見学にお越し下さい。お待ちしております。

興除★おもちゃの病院



壊れたり、動かなくなったおもちゃを修理します。
(原則一家族2個まで)

- 日時: 8月28日(金)10:00~12:00
- ドクター: 吉備おもちゃの病院院長 宮脇 俊作先生他
- 受診料: 無料(ただし、実費必要)
- 申込み: 不要(11時までにご来館ください。先着順で受付)
- 持ち物: あれば、こわれた部品、付属品、説明書等

第2回 防災語ろう会

- 日時: 9月5日(土) 10:00~12:00
- 内容: 中高生ボランティア“チームKOJO”と地域住民による合同防災講座

「もしものときの避難所運営」(仮)

※ 当初、8月第1土曜(8/1)に予定しておりましたが、地域行事等との関連を考慮して変更しています。詳細については、8月号にてお知らせします。

ロビー通信 水辺ラボ

親子で大発見! 用水路の生き物観察会

6月14日、用水路にすむ生きものを探す「水辺の生きもの観察会」を開催しました。

専門家の先生による解説を聞きながら、網を片手に夢中で探すと、普段は何気なく見ている用水路にたくさんの生きものが住んでいることがわかり大興奮の観察会となりました。岡山の河川は、全国的に見ても多様な魚種が生息しているそうですよ。

この日つかまえた魚やエビの一部は、館内ロビーの水槽に新しく仲間入り。ぜひ見に来てくださいね。



7月の
休館日



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