

# なださき

**第227号**  
 発行日/令和8年7月1日  
 発行/岡山市立灘崎公民館  
 住所/岡山市南区片岡159-1  
 TEL・FAX / (086) 362-0408

地域応援人づくり講座「防災はじめての一步」 主催 岡山市市民協働企画総務課、灘崎公民館

## 西高崎防災塾

共催 西高崎町内会  
(全4回連続講座)



回	日時	内容	講師
1	7/18(土) <span style="color: red;">13:30~15:30</span>	西高崎地区で起こりうる自然災害にどう備えるか ~南海トラフ巨大地震を中心に~	元岡山理科大学教授 西村 敬一さん
2	8/22(土) 10:00~12:00	災害における市の対応(避難所開設など)について & 液状化ってどんなこと? モデル実験を見てみよう (仮)	岡山市危機管理室 職員 岡山県備前県民局地域政策部 地域づくり推進課 職員
3	9/12(土) 13:30~16:00	避難所に行ったら…避難所開設(初動)訓練をしてみよう! ~「防災フェスティバル」に参加しよう~	企画 中高生登録制ボランティア 「チーム灘」
4	10/17(土) 10:00~12:30	HUG(避難所運営ゲーム)の体験をしてみよう!	灘崎公民館 職員

- 対象 どなたも    ■定員 40人(先着順)    ■参加費 無料    ■申込 必要
- 持参物 筆記用具、水分補給用の飲み物    ■会場 西高崎ふれあいプラザ(岡山市南区西高崎 45-40)
- ※灘崎公民館窓口・電話 Eメール(二次元コード)にてお申し込みください。
- ※連続講座ですが、希望する回のみ参加も可能です。



ごみ減量・リサイクル推進講座 SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

## プラススイッチ講座

○日時 7月11日(土)10:30~12:00


○対象 地域の方  
小学2年生以上の児童とその保護者

○費用 無料

○定員 15組  
(先着順、定員になり次第締め切り)

○会場 灘崎公民館 第2講座室

○申込 灘崎公民館に電話、FAX、Eメール  
(二次元コードから申し込みもできます。)



## リサイクルコーナー

~家庭にある不用品を必要としている方に~

「これ、もう使わないけど、まだ使えるなあ……」  
 そんなものを必要としている方に提供するコーナーです。  
 おかたづけなどで出てきたものを出品してみませんか。  
**【期間】**7/10(金)~7/30(木)  
**【会場】**灘崎公民館ロビー

◇物品を活用したい方は期間中いつでも  
お持ち帰りください。  
 ※公民館の開館時間外・休館日は出品・持ち帰りはできませんのでご注意ください。  
 出品のルールなどがありますので、詳しくは公民館  
 に置いてあるちらし、ホームページをご覧ください。



【Eメールアドレス】nadasakikoumin@city.okayama.jp  
 【フェイスブック】<https://www.facebook.com/nadasakikouminkan>  
 【ホームページ】<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010929.html>  
 こちらからもホームページにアクセスできます ⇒




### 「主催講座」の申し込みに関して

- ◆受付時間は公民館の開館時間(9:30 から 21:00 まで)です。
- ◆申し込みは、先着順で受け付けます。
- ◆留守番電話の伝言での申し込みはできません。
- ◆換気のため、窓や扉を開けています。温度の調節がしやすい服装でお越しください。
- ◆水分補給のための飲み物をご持参ください。

※状況によっては、講座が延期や中止になることがあります。

### 「クラブ講座」の申し込みに関して

- ◆随時見学できます。公民館までお気軽にお問い合わせください。



## 灘崎シネマ倶楽部

上映作品「世界で一番ゴッホを描いた男」  
あらすじ:ゴッホの複製画を20年描いていた趙小勇には本物のゴッホの絵を見たいという夢があった。

2016年製作、製作国:中国・オランダ

■日 時 7/18(土)13:30~16:00

■場 所 川張分館(岡山市南区川張468番地1)

■定 員 各回 40人 ■参加費 無料

■持参物 水分補給用の飲み物

■申 込 必要

灘崎公民館窓口・電話

Eメール(二次元コード)にて



### なださき大学 聴講生を募集します!

ライフ&エンディングについて考えましょう  
~エンディングノートの始め方~

●日 時 7/6(月)10:30~12:00

●講 師 岡山市地域包括ケア推進課  
(株)明治安田生命

カラダは食べたものからできている  
~元気な人生100年のためのヒント~

●日 時 9/7(月)10:30~12:00

●講 師 (株)明治・岡山市薬剤師会

\*\*\*\* いずれも \*\*\*\*

○場 所 岡山市ウェルポートなださき1階  
かしの木ホール

○定 員 20人 ○受講料 無料

○申 込 必要。受付中(電話・FAX・Eメール可)

### すまいる子育てカフェ



子育てで、お子さんの行動が理解できず悩んだことはありませんか。同じ悩みをもつ保護者同士でつどい、お茶をのみながらお話ししてみませんか。専門家の方とお話もできます。カフェで悩みの解決の糸口が見つかるかも。自宅などからZoomでオンライン参加もできます(無料)。

■日 時 7/25(土) 13:30~

※毎月末の土曜日に開催予定

■参加費 100円(お茶代として)

■対 象 どなたでも(子育てにかかわっている方、子どもの発達に興味がある方)

■申 込 必要。

灘崎公民館窓口、または電話・

Eメール(二次元コード)

※詳しくは灘崎公民館、または

公民館ホームページをご覧ください。



## なだ公サマースクール



★詳細は、各小学校を通じてお配りするちらしでお知らせします。

★小学生対象。7月4日(土)13:30~灘崎公民館窓口にて申込を受付ます。(電話・FAX・Eメール不可)

※No.6の「紙ヒコーキ大会」は屋外での活動になります。

※No.10は小学生以下のお子さんも参加可能です。

No.	内 容	日 時	定 員
①	学習相談	7/21(火) 10:00~ 11:45	18人
②	学習相談	7/23(木) 10:00~ 11:45	18人
③	学習相談	7/24(金) 10:00~ 11:45	18人
④	学習相談 in 彦崎分館	8/4(火) 10:00~ 11:45	18人
⑤	ウィンナー飾り切り体験	7/25(土) 10:00~ 11:30	親子15組(小学4年生以上は1人でも参加可能)
⑥	JAL <空育>折り紙ヒコーキ教室 &折り紙ヒコーキ大会	7/27(月) 10:00~ 12:00	20人(保護者も参加可能)
⑦	なるほど!「はかる」って おも(重?)れえ	7/28(火) 10:30~ 11:30	20人(保護者も参加可能)
⑧	くらやみ迷路体験 &防災かるたプログラム	7/30(木) 10:30~ 12:30	30人
⑨	親子で学ぶ プログラミング体験教室	8/6(木) 13:30~ 15:30	親子10組
⑩	こども映画会 「ざんねんないきもの事典」 &紙芝居「大山桜ものがたり」	8/20(木) 10:00~ 12:00	30人(小学生以下も参加可能)

## なださき音楽のWA♪

ハンドベルや手作りの楽器を使って、楽しく音楽を奏でます。楽譜が読めなくても全然大丈夫です。保護者の皆さんも気軽にご参加ください。

■日 時 7/25(土)10:00~12:00

■定 員 20人程度

■対 象 5歳~中学生くらい

■持参物 ペットボトル、筆記用具

■講 師 永禮さとみさん(プロ打楽器演奏者)

槇野美保子さん(ピアニスト)

■受講料 無料

■申 込 灘崎公民館窓口、または電話・Eメール(二次元コード)



# パソコン教室



主催:公民館 IT 部会

## 「Word で暑中見舞いを作ろう！」

- 日時 7/25(土) 14:00~15:30
- 講師 灘崎公民館 IT 部会
- 定員 10 人(先着順で、定員になり次第、締め切ります)
- 受講料 無料
- 持ち物 パソコン(ワードがインストールされているもの)、筆記用具、水分補給用の飲み物
- 申込み 7/2(木)9:30 から 7/21(火)17:00 の期間に灘崎公民館(窓口・電話)までお申込みください。

## 灘崎の樋門を巡る ~ふるさと史~ ウォーキングをしました!

本年度の「ふるさと史」では、干拓の歴史を取り上げています。5月30日(土)には、灘崎の樋門をめぐるウォーキングを行いました。晴天のもと、サウスヴィレッジを出発し、奉還樋門から東高崎ポンプ場、片崎樋門、西紅陽台東側の第二号干拓堤防をめぐる約7kmの行程でした。講師の橘英雄さんとともに、地図や写真で学んだ灘崎の干拓の歴史の跡を歩いてたどり、先人の生活や苦勞に思いをはせました。灘崎に住んでいても立ち寄る機会の少ない場所もあり、新たな発見がたくさんありました。

また、今回も休憩所ごとで鈴木貞子さんに手作りの甘酒などをご提供いただきました。

暑い日でしたが、参加者全員最後まで元気に歩くことができ、ふるさと灘崎の魅力を再発見しました。【奉還樋門の様子】



【奉還樋門の様子】

## 予 告

今年も、中高生登録制ボランティア「チーム灘」の企画による「夏まつり」を8月8日(土)に開催します。

ヨーヨー釣りや、お化け屋敷、射的などを行います。詳細は、公民館だより8月号と各こども園、保育園、小学校を通じて配布するお知らせをご覧ください。

みなさん  
ぜひお越しください。



## 今日からはじめるエコ宣言!



### 食品ロス削減!

### まずは!キッチンを片付けてみよう!

キッチンを片付けることで、自分に合った食品の買い方や使い方の仕組みを考えてみませんか?

◇と き 7/13(月)10:00~12:00

◇講 師 西後 真湖実さん(ライフオーガナイザー)

◇受講料 無料

◇定 員 25人 ◇対 象 どなたでも

◇申 込 受付中(電話・Eメール可)



## お知らせ

\*\*\*印刷機の料金改定について\*\*\*  
灘崎公民館運営委員会にて印刷機の料金の改定が承認されました。

8月1日より下記のとおり料金が変わります。ご協力よろしくお願ひします。

◇マスター代 改定前1枚120円



改定後1枚150円



## ★灘崎公民館主催クラブ「灘崎マジッククラブ」クラブ生募集!★

コイン・トランプカード・ロープなどを使って、ちょっと不思議なマジックをやってみませんか?

初心者、高齢者の方大歓迎です。興味のある方は、ぜひ一度!

●日時:月1回 第2日曜日 13:00~15:00 ●場所:灘崎公民館 第1・2研修室 ●問い合わせ:灘崎公民館



## ひょうたん日記①

## ひょうたん育て隊

昨年に引き続き、「灘崎ひょうたん組合」代表の橘祥一郎さんのご指導のもと、5月にひょうたんを植えました。植えた日から約一か月が経ち、50cmほどに成長し初夏の風に揺られ、すくすくと成長しています。

昨年は猛暑の中、枯らせてしまったひょうたんですが、今年は毎日の水やりで元気に育っています。これからの成長がとても楽しみです。

皆様もひょうたんの成長ぶりをぜひ見に来てください。

なお、引き続き「ひょうたん育て隊」のボランティアスタッフ

を募集しています。ご協力くださる方は、公民館までご連絡ください。



【植え付けの様子】

◆給水スタンドを設置しました◆

公民館の事務室入口に給水スタンド(常温)を設置しました。マイボトルへ無料で給水できます。どうぞご利用ください。

<ご利用上の注意>

- ・衛生上、清潔なマイボトルをご利用ください。
- ・給水される際は、ご自身で衛生管理をお願いします。
- ※抽出口には手で触れないでください。



IT 部会メンバー募集

公民館で行うパソコン講座・スマホ講座のサポートや、瀬崎文化まつりの記録撮影などにボランティアとして協力して下さる方を募集しています。ご協力いただける方は、瀬崎公民館にご連絡ください。公民館活動の充実のために、どうぞよろしくお願い致します。詳しくは、瀬崎公民館までお問い合わせください。



近隣施設 & 地域情報

※詳細につきましては、各主催団体へお問い合わせください。

2026年度 介護予防教室「できる！元気で長生き なたさき」

【お問い合わせ】岡山市ふれあい介護予防センター南事務所 ☎086-230-0315

- ◆ 日時 7/24(金)10:00~12:00 ◆ 内容 「見逃さないで！認知症の予備軍 MCI」
- ◆ 対象 おおむね65歳以上の岡山市民 ◆ 受講料 無料
- ◆ 場所 岡山市ウェルポートなたさき 1階 かしの木ホール
- ◆ 持参物 筆記用具、水分補給ができるもの

岡山市立瀬崎図書館 【お問い合わせ】☎086-362-5277

- 「おはなしのへや」 ◆ 場 所 岡山市立瀬崎図書館 かみしばいコーナー ◆ 対 象 幼児から
- ◆ 日時 8/5(水)・8/19(水)14:30~14:50 ◆ その他 参加自由
- ◆ 内容 絵本や紙芝居の読み聞かせなど

岡山市ウェルポートなたさき

☎(086)363-5001 FAX(086)363-5011

【お問い合わせ】岡山市ウェルポートなたさき講座担当 Eメール j\_welp@mx.okayama-fureai.or.jp

ウェルポートなたさきでは、プール教室とスタジオ教室を行っています。定員に余裕がありますので、興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

★おすすめのプール教室★

アクアエクササイズ 水曜日 12:00~12:45

棒状の浮き具「ヌードルバー」を使って水の「抵抗」と「浮力」を利用した水中エクササイズ。浮力により、腰や膝にかかる負担が軽減されるので、股・膝関節に痛みがある方でも安心して受講できます。

★おすすめのスタジオ教室★

フィットネスフラメンコ 木曜日 11:00~12:00

初めての方でも気軽に参加できる内容です。フラメンコのリズムにのって楽しく身体を動かしましょう。体幹を鍛え、姿勢改善、シェイプアップに効果があります。



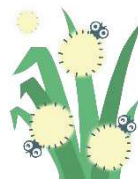
地域の自然保護活動に取り組む なたさきホタルの会

【お問い合わせ・お申し込み】なたさきホタルの会事務局 (尾藤 090-5379-0407)

瀬崎ホタルの会主催

5/31(日)「第11回ホタルウォーク」

今年も盛大に開催！



5月31日(日)奥迫川のホタルの里に200人以上の老若男女が集まりました。特に今年は若い人の参加が多くなりました。バザーも8品と増えてにぎわいを一層添えました。そして蛸も50匹以上乱舞しました



【多くの参加者で賑わうホタルまつりの様子】