

福 浜 公 民 館 だ よ り

いちようひろば

第231号 2026. 8. 1

発行 岡山市立福浜公民館

〒702-8032

岡山市南区福富中一丁目16-22

TEL・FAX 086-265-4835

HPIは「福浜公民館」で検索、または、このコードをスキャン↑



主催講座のご案内

心をほどく感覚のじかん ～みて、ふれて、感じる、心地よいひととき～

2日間限定！福浜公民館にスヌーズレンがやってきます。五感で楽しむ空間にあなたも参加しませんか？

第1回	10/10(土) 10時～12時 体験&お話 スヌーズレンについて知る	【スヌーズレンとは？】 光、音、香り、触覚などの感覚刺激を用いて、障がいの有無にかかわらず、人が安心してリラックスし、自分のペースで過ごせるように設計された環境や活動の総称。
第2回	10/31(土) 10時～12時 お子さまも一緒に、体験会♪	
第3回	11/14(土) 10時～12時 光を当てるとキラキラ☆おもちゃ作り	 
場所	第1回、第2回…1階実技室 第3回…2階講座室	
対象	関心のある方どなたでも参加OK！	
定員	各回20名	
参加費	無料(第3回のおもちゃ作りでは材料代1,200円が必要)	
申込み	窓口・お電話・二次元コード 第1回、第2回は こちらから →   ← 第3回は こちらから	

やさしい日本語講座 ～防災編～ 共催:平福学区愛育委員会

日時	9/14(月) 10時～12時
講師	学校法人アジアの風 岡山外語学院 日本語教員
対象/定員	主に平福学区在住の方/20名(先着順)
受講料	無料
申込み	・平福学区在住の方 後日回覧するチラシを参照 ・その他の地域の方 公民館窓口・お電話 締め切り:8/29(土) 

【やさしい日本語とは？】

日本語があまり得意ではない外国人の方と、コミュニケーションをとるため、わかりやすい言葉や表現に言い換えた日本語のことです。災害が発生したとき、避難所生活を送ることになったとき、やさしい日本語を使って正しい情報をわかりやすく伝えることができるよう、備えておきましょう。



※この講座は地域応援人づくり講座として実施します。



ふくはましぜん探検隊



住吉宮周辺の河川敷や公園へ探検に出かけて、福浜の知らなかったしぜんを見つけよう！

日時	10/24(土)10時～12時
講師	日本自然保護協会自然観察指導員 橋本智明さん
対象	小学生以下の子ども
定員	30名(保護者を含む)
内容	・「秋の昆虫」さがし ・昆虫食やどんぐりの試食
服装/ 持ち物	長袖、長ズボン、帽子/水筒
材料代	1家族100円/回(当日集金)
申込み	窓口・お電話・二次元コード
その他	・小学3年生以下は保護者同伴 ・駐車場は平福小学校 ・雨の場合は、福浜公民館で活動 (どんぐり鉄砲を作ってのあて大会)



福浜いちよう倶楽部

私たちの身の回りの様々な課題や活動について楽しく学びながら仲間づくりをしませんか。

8/27(木) 10時～12時	笑顔を運ぶ「遺言の話」 エンディングノートの始め方 (明治安田生命保険相互会社 コラボ講座)
9/17(木) 10時～12時	「身体は食べた物からできている」 元気な人生100年のためのヒント (明治食育セミナー)
10/15(木) 10時～12時	「岡山城と大坂城の由来」 (観光振興課副主幹 元シティミュージアム館長 小野田伸さん)
10/21(水) 研修旅行	・新世界で観光、食事 ・大阪城見て歩き 先着40名 旅行代金8,000円 参加者募集中！詳しくは、ロビー にあるチラシをご覧ください。

ベジファーストからはじめよう！

～1日350g以上の野菜を食べよう～

地元で採れる旬の野菜を使って、野菜たっぷりのおいしくて身体にもやさしい料理を作ります。

日時	9/3(木)、12/3(木)、3/11(木) 10時～12時
講師	赤松佐知子さん (ナチュラルフードコーディネーター、栄養士)
対象/定員	どなたでも/20名(先着順)
受講料	無料 但し材料代800円が必要(当日集金)
持ち物	エプロン、三角巾、ふきん、タオル、持ち 帰り用容器、飲み物
託児	定員:2名(要事前申込み、先着順) 託児料:子ども1人につき300円 受講申込みの際にお申し込みください。
申込み	窓口・お電話・二次元コード 締め切りは、各回1週間前まで



かるがもぶんこ

季節を感じる絵本の読み聞かせや簡単なお楽しみ工作をしています。お気軽にご参加ください。

日時	9/17(木)10時～11時頃
対象	未就学児と保護者
受講料	無料
申込み	窓口・お電話・二次元コード



福浜シネマ

往年の大スター出演作品やアカデミー賞受賞作品、楽しく笑えるコメディ映画などいろいろな映画を楽しみましょう。

9/19 (土)	「種まく旅人 ～華蓮のかがやき～」 (2020年 日本 108分)	金沢の伝統野菜「加賀れんこん」を題材に描くヒューマンドラマ
その他	日程:原則第3土曜日10時～終了まで 対象:どなたでも 定員:30名程度 受講料:無料 申込み:不要	

あっ晴れ！もも太郎体操

日程	毎週木曜日 9時30分～(30分程度) (休館日をのぞく)
その他	対象:どなたでも 申込み:必要(当日可) 内容:ストレッチ体操・口の体操など ※動きやすい服装で参加してください。

岡山市日本語教室〈福浜教室〉

岡山市在住の外国人人口は現在17,000人を超えています。外国人市民も安心して生活を送ることができるよう、日本語教室が開設されています。

お近くにお住まいの外国人市民がいらっしゃいましたら、ぜひお声掛けください。

【日程】原則 第2・3・4日曜日 10時～12時

【受講料】無料 【申込み】不要

【内容】生活に必要な日本語と日本文化を楽しく学びます。 *主催 岡山市国際課

浴衣のご寄付、 ありがとうございました！

皆さまから寄付していただいた浴衣は、日本語教室「盆踊り体験」で活用し、外国人の方に日本文化を体験していただき、大変喜ばれました。

来年に向けて引き続き募集しています。(男性用浴衣・帯・腰ひも) ご協力よろしく願いいたします。

老人クラブ福富西緑栄会の方々が、
花壇のお世話をしてくださっています。
いつもありがとうございます！



自動車文庫

日時	毎月第4土曜日 10時頃 (8/22、9/26)
中央図書館から「自動車文庫」が来館します。お好みの本を選ぶことができますので、ぜひお越しください。ご希望の本がない場合には、中央図書館から取り寄せることもできます。	

さんさん育児相談(予約制)

日時	原則偶数月第3金曜日 9:45～11:00 (8/21)
詳細は、南区南保健センター(261-7051) または南区南さんさんステーション(902-0223) へお尋ねください。	

なごやかスペースみらい 主催:なごやかスペースみらい実行委員会

子どもから高齢者までどなたでも参加できます。
一緒に昼食を作って、楽しく食事をしましょう。

日時	8/23(日)、9/13(日) 10時～13時
8/23 メニュー	夏を乗り切るビーフカレー コールスローサラダ
9/13 メニュー	野菜たっぷり！とりもも肉の南蛮づけ おみそ汁
持ち物	エプロン、三角巾、おはし、飲み物
その他	定員:30名(先着順) 参加費:18歳以下無料、おとな300円
申込み	電話で岡山医療生協まで 086-271-7880

介護予防教室 みんな楽笑！福浜元気塾

主催:岡山市ふれあい介護予防センター

8/24 (月)	聞こえの講話 簡易の聴力測定 ※希望者のみ
9/28 (月)	お口と体の健康習慣
その他	時間:10時～12時 場所:福浜公民館 対象:おおむね65歳以上の岡山市民 定員:先着50名 受講料:無料 持ち物:筆記用具・水分補給ができるもの
お申し込み・お問い合わせは、 岡山市ふれあい介護予防センター南事務所 086-230-0315へ	

「日本語教室」 七夕について学習しました☆ ㄟ



カラフルな短冊には、
「日本ご上手になりたいです」
「日本で楽しい日々が続きますように」など
素敵な願い事が書かれてありました。
叶いますように☆

主催講座の様子

「スプリングコンサート」



ピアノの美しい音色に合わせて歌を歌ったり、ボールを使ったエクササイズをしたりして楽しみました。ロビーがいっぱいになるほどお客さんが集まり、大盛況でした。
(5/17)

「福浜いちよう倶楽部」



元裁判所書記官の末藤丈晴さんを講師としてお招きし、裁判所こぼれ話を聴きました。争続にならないために…みなさん学びがあったようです。
(5/28)

「おもちゃの病院」

「岡山おもちゃの病院」の先生が、親子と一緒に壊れたおもちゃを工夫して直すことで、物を大切にする気持ちを育むことができました。
(6/13)



「外国人医師から見た日本」

講師 マハムド サビナさんのお話を聴いて、多文化共生社会をつくるヒントを学びました。外国人も日本人も楽しく安心して暮らせるまちを、みんなでつくっていきましょう。
(6/16)



お知らせ

★資源化物回収について★

公民館建物の北側に回収ボックスを設置しています。
回収対象：空き缶、スプレー缶、ガラスビン、蛍光管
※ペットボトル、乾電池は回収していません。
※ビニール袋はお持ち帰りください。
回収時間：開館日の9時30分～17時



★自習スペースがあります★

ロビーの奥に自習スペースがあります。
どなたでも無料でご利用いただけますので、勉強、読書等にご活用ください。
※ごみは各自持ち帰るようお願いいたします。

★警報発令時の対応について★

暴風、暴風雪または大雪警報のいずれかが発表された時、または公民館が所在する中学校区に警戒レベル3「高齢者等避難」以上の避難情報が発表され、公民館に避難所が開設される場合は、主催講座・クラブ講座・貸室・図書貸出などの通常業務を見合わせますのでご注意ください。

★子育てミニ情報★

福浜中学校区内の幼稚園や保育園、子育て支援講座等の情報を集めた「福浜中学校区子育てミニ情報」ができました。公民館ロビーにチラシを設置しておりますので、ご利用ください。



休館日のお知らせ

8月						
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					

9月						
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			

10月						
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

開館時間：月・火・木・金・土…9時30分～21時 日曜日…9時30分～17時

休館日は、毎週水曜日と祝日、年末年始です。水曜日と祝日が重なった場合は、翌木曜日にも休館となります。