

岡輝公民館だより

第178号

発行日／令和8年9月1日

発行／岡山市立岡輝公民館

住所／岡山市北区旭本町1番80号

TEL・FAX／(086)222-0855

第23回 岡輝公民館まつり

令和8年11月15日(日) 9:30~16:00

実行委員会を中心に準備中です。今年は1日開催！
展示・発表の部では、22のクラブが参加予定です。
喫茶や販売も計画中です。

詳細は公民館だより10月号をご覧ください。
みなさんのお越しをお待ちしています♪

食から脱炭素をめざす

食品ロスと温室効果ガスとの関係について講義を受けた後、日々の暮らしに活かせる地球にやさしい調理を実習します。②③だけの参加はできません。必ず①を受講してください。

日時・内容

① 講義 10月1日(木) 10:00~12:00

脱炭素ってなに？台所から考えてみよう

野菜ソムリエ 江草 聡美さん

② 調理実習 11月5日(木)10:00~12:00

地産地消で進める脱炭素

野菜ソムリエ 前田眞子さん ※要材料代

③ 調理実習 12月3日(木)10:00~12:00

おつとめ品×リメイク➡脱炭素

野菜ソムリエ 前田眞子さん ※要材料代

定員 ①20人、②③16人

受付期間 9月10日(木)から9月18日(金)

受講料 無料

あそびにおいでよ のびのびキッズ

親子でも保護者だけでも参加できる子育てサークルです。お気軽にどうぞ。

日時 9月26日(土)15:30~16:30

10月4日(日)10:30~11:30

場所 岡輝公民館 実技室

参加費 無料

申込 不要



地域応援人づくり講座

シニア向け交通安全セミナー

マイクロメイト岡山で機器を使い、安全運転のために重要な「認知・判断・動作」のチェックを行います。参加費は無料です。

日時 10月13日(火) 13:30~15:30

講師 木村 憲従さん

マイクロメイト岡山(株)代表取締役

場所 マイクロメイト岡山

(北区奥田本町 22-4)

※現地集合・現地解散

対象 おおむね65歳以上の方

定員 20人

申込 9月14日(月)9:30から受付開始

※電話または窓口にてご本人がお申込みください。



子育て座談会 Sunny

発達に不安があったり、支援が必要なお子さんを育てている方のしゃべり場です。

活動の様子は、Instagram@sunny_ko_kiをご覧ください。9月15日は岡山県立鳥城高校の先生をお招きし保護者を対象にした座談会を開きます。

日時 9月15日(火)、10月20日(火)

時間 10:00~12:00

場所 岡輝公民館 ボランティアルーム

参加費 無料

申込 9/15必要、10/20不要。

—*~*~*~*~*~*~*~*~*~*

8/9(日)Sunny 夏まつりを開催しました！

ボールプール等の遊びのコーナーを回ったり、ロビーの窓ガラスに直接絵を描いたりしました。



キャップを箸ですくいあげる



窓ガラスに絵を描く

休館日：9月2日(水)、9日(水)、16日(水)、21日(月・祝)、23日(水・祝)、24日(木)、30日(水)

2026 年度 介護予防教室(岡山市委託事業)

岡輝ふれあい元気教室

日 時 9月29日(火)10:00~12:00

場 所 岡輝公民館 第1・2講座室

対 象 おおむね65歳以上の岡山市民

内 容 「見逃さないで!

認知症の予備軍 MCI」

講 師 岡山市地域ケア総合推進センター職員

参加費 無料

申 込 不要(当日先着50人が定員)

認知症を学ぶひろば よりそいカフェ

親の介護が気になる世代の参加もお待ちしています。

日 時 10月8日(木)10:00~12:00

場 所 岡輝公民館 ボランティアルーム

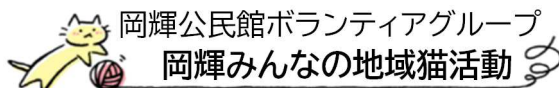
参加費 お茶代100円 申 込 不要

「にゃんでも相談会」**相談無料**

地域ねこの相談希望者は、事前に公民館へお申し込みください。

日 時 9月19日(土)、10月17日(土)

両日とも15:00~16:00



会 場 岡輝公民館 ボランティアルーム

イチからはじめる

健康マージャン体験会

脳を若く保つと言われている健康マージャンを始めませんか。3回の体験会を経て令和9年度のクラブ講座登録をめざします。

日 時 10月18日(日)、10月25日(日)、
11月1日(日)10:00~12:00

会 場 岡輝公民館 ボランティアルーム

対 象 麻雀未経験の方

定 員 先着 16 人

講 師 岡山県健康マージャン協会レッスンプロ

参加費 1500円(テキスト代、卓レンタル料)

※10月18日(日)集金。

申 込 9月25日(金)9:30から先着順で受け付けます。



★健康マージャンとは

「賭けない・飲まない・吸わない」を合言葉に「健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり」を目的にしたマージャンです。

主催:清輝学区婦人会

地域交流会おしゃべりサロン

日 時 10月8日(木)13:30~15:30

内 容 消費生活センター出前講座

会 場 清輝コミュニティハウス

申 込 不要 参加費 無料



↑「電一郎先生のかわいい工作教室」では、災害時に使える太陽光発電付き紙コップライトを制作しました。

夏休みスペシャルプログラム**今夏も全4回開催しました**

↑「オリエン太のアトリエ」では、さまざまな工作を通してオリент美術館について学習しました。



↑「ぷっくりシールをつくろう」では、お店で並んでいるような立体的なシールを作りました。細部まで配色にこだわった作品ができました。