津高公民館だより

第205号　発行日：令和8年11月
発　行：岡山市立津高公民館
〒701-1144　岡山市北区栢谷 1677
TEL・FAX：086-294-4222
tsudakakouminkan@city.okayama.jp
メール　ホームページ
https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011371.html

11・12月主催講座案内

津高防災キャンプ『親子で♪体験♪学ぼうさい』

中学生から大学生までのお兄さん・お姉さんたちや、地域の皆さんと楽しく「防災」について学ぼう

【日　時】１２月１２日（土）9:00～13:00
【内　容】★もくもくハウスで危機一髪
★水消火器で射的ゲーム
★心肺蘇生法
★大地震の揺れを体験しよう！
（地震体験車）
★防災グッズ作り
★非常食体験（アルファ米・豚汁）

【対　象】小学生以下の親子３０組程度（先着順）
【参加費】無料
【持ち物】屋内シューズ、タオル、飲み物
【申　込】事前の申し込みが必要です。
１１月７日（土）9:30～先着順
下記の二次元コードまたは津高公民館窓口、電話で受付します。






津高防災キャンプ
申し込みフォーム

「津高防災キャンプ」スタッフ募集（学生スタッフを含む）

「津高防災キャンプ」は、参加者が自ら主体的に体験していく参加型のプログラムです。スタッフは、それぞれ各ブースに分かれて、参加者の活動をサポートします。そのために、事前に防災について学習する「スタッフ研修」に参加していただきます。地域の防災について一緒に学んでみませんか。

スタッフ研修会
【日　時】１２月５日（土）13:00～16:00
【内　容】体験・実習
【持ち物】屋内シューズ・筆記用具・飲み物



令和７年度
スタッフ研修会の様子

防災キャンプ当日の様子

親子で体験♪学ぼうさい！
【日　時】１２月１２日（土）8:30～14:00
【持ち物】屋内シューズ・飲み物
※スタッフは両日の参加をお願いします。
会場は津高公民館です。動きやすい服装で参加してください。



津高防災キャンプ
スタッフ申し込み
フォーム

【お知らせ】１１月１４日(土)、１１月１５日(日)は津高文化祭です。準備・片付けのため、１１月１２日(木)から１１月１６日(月)までは、通常業務(主催講座、クラブ講座、室貸与、図書館貸出及び返却)を休止します。

共催：ゆるりふらっと町づくりプロジェクト

ゆるりふらっと介護カフェ

介護予防、認知症予防、認知症の理解などをテーマに、お互いに話をしたり、専門職に相談したりできます。楽しいイベントや軽い体操もおこないます。

【日　時】１１月１９日（木）14:00～16:00
【内　容】「コーヒー（カカオ）は
認知症予防になる？」
【日　時】１２月１７日（木）14:00～16:00
【内　容】「お正月飾りを作ろう！
野花でアレンジメント」



【対　象】どなたでも
【定　員】各回２０名程度
【参加費】11月は２００円、12月は５００円
【申　込】必要

共催：横井わんぱくクラブ、北区北保健センター
協力：香和中学校区愛育委員会

子育て講座 ＜親子でバルーン遊び＞

ふわふわ、ぽんぽん、ころころ…風船を使って、親子で楽しく遊びましょう！親子で触れ合いながら楽しい時間を過ごしませんか？

【日　時】１１月２４日(火) 10:00～11:30
【講　師】小田　弥生さん
【対　象】未就園児とその保護者
【定　員】親子１５組程度
【材料代】１組２００円
【持ち物】持ち帰り用の袋（４５ℓ）、お茶など
【申　込】１０月２４日(土)9:30～
津高公民館窓口にて受付



津高シネマ



【日　時】１１月２４日(火) 13:30～
【内　容】「深夜食堂」119分
店主と常連客の温かい人間模様を描いた作品。

【日　時】１２月２２日(火) 13:30～
【内　容】「素晴らしき哉、人生！」97分
クリスマスの夜、主人公をめぐる奇跡の物語。

【受講料】無料　【対　象】どなたでも
【申　込】不要　【定　員】２０名程度
【備　考】飲み物は各自でご用意ください。

天体観望会 in 津高

第４回は土星、天王星、海王星が夜空に輝いている様子を観察します。また、秋の夜空にはアンドロメダ姫とペルセウスの物語に出てくる星座がたくさんあります。

【日　時】１１月２８日（土）18:00～20:00
【対　象】小学生以上先着３０名
【開催場所】津高公民館隣の駐車場
【申　込】１０月３１日（土）9:30～
津高公民館窓口または電話にて受付



※夜は冷えますので、温度調節できる服装でお越しください。
※雨天・曇天の時は、講座室で「星の話」を聞きます。

津高ふれあい元気教室

【日　時】１１月１７日(火) 13:30～15:30
【内　容】「アイフレイルって何？
目の健康を守るためのお話」
【日　時】１２月１５日(火) 13:30～15:30
【内　容】「歯周病からお口を守る！
今日からできるお口ケア」



【受講料】無料
【対　象】おおむね６５歳以上の方
【定　員】３０名程度
【持ち物】筆記用具、上履き、タオル、飲み物
【申　込】不要

令和９年度 クラブ講座開設申請受付中！

津高公民館でクラブ講座をつくりませんか？
１０人集まれば、新しくクラブが開設できます。
クラブを開設したい方は、１１月３０日（月）までに申請書を提出してください。
※クラブ講座開設については審査があります。
詳しくは津高公民館までご相談ください。

【各講座の申込方法】電話または直接ご来館の上、お申し込みください。　☎０８６－２９４－４２２２
〈開館時間〉9時30分～21時（日曜日は～17時）〈休館日〉水曜・祝日（水曜と祝日が重なる場合は翌日木曜日も）

お正月をもっと華やかに♪ 新春の寄せ植え

新春を彩る、かわいい寄せ植えを作りませんか？

【日　時】１２月１５日(火) 10:00～12:00
【講　師】砂田芳宏さん（砂田園芸）
【対　象】どなたでも
【定　員】１５名（先着順）
【材料代】1,600 円（申込時）
【持ち物】ビニール手袋、持ち帰り用袋
【申　込】１０月３１日（土）9:30～
津高公民館窓口にて受付


※イラストはイメージです。

津高防犯パトロール隊が表彰されました。

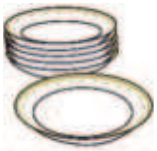
津高地区の安全活動を長年にわたって続けている「津高防犯パトロール隊」。その功績が認められ、この度、警察庁ならびに全国防犯協会連合会から表彰されました。パトロールに参加されているみなさま、本当にありがとうございます。



リユースマルシェ

ご家庭で使わなくなったものを、必要な方へつなぐリユースイベントです。これから年末に向けて、大掃除を予定されている方も多いのではないでしょうか。大掃除で出た「まだ使えるけれど、もう使わないもの」は、捨てる前にぜひリユースマルシェへ！詳しくはチラシをご覧ください。

【物品持ち込み受付期間】
１月８日（金）～1月２２日（金）
【物品持ち帰り期間】
１月１８日（月）～１月３０日（土）



クリスマス スノーマンのオーナメント

布遊びクラブの皆さんと一緒に作りましょう！

【日　時】１２月１日(火) 13:30～15:00
【対　象】どなたでも
【定　員】１０名（先着順）
【材料代】無料
【持ち物】飲み物（材料、針、糸は用意あり）
【申　込】１１月２６日（木）までに
津高公民館窓口または電話にて受付





津高蒼樹会　館外研修報告

令和８年１０月６日(火)
淡路島方面に行ってきました♪

◇北淡震災記念公園・野島断層保存館
阪神淡路大震災によって現れた野島断層を実際に見学し、改めて地震の恐ろしさを感じました。非常時に備えることの大切さについても学ぶ貴重な機会となりました。

◇八浄寺
淡路島七福神霊場の総本院であり、開運大黒天を祭る八浄寺を訪れました。境内の見学や、お坊さんの「面白説法」を楽しみました。

◇淡路ハイウェイオアシス
淡路ハイウェイオアシスでは、淡路島ならではのお土産や特産品を見て回り、買い物を楽しみました。皆さん思い思いにお土産を選び、その後は景色を眺めたり、休憩したりしながら、研修最後のひとときを楽しく過ごしました。







令和８年度津高文化祭の概要を裏面に記載していますので、ご覧ください。
皆さんのご来館をお待ちしております。

【各講座の申込方法】電話または直接ご来館の上、お申し込みください。　☎０８６－２９４－４２２２
〈開館時間〉9 時 30 分～21 時（日曜日は～17 時）〈休館日〉水曜・祝日（水曜と祝日が重なる場合は翌日木曜日も）

津高文化祭

【日時】11月14日(土) 9:30～15:30、15日（日）9:30～15:30

津高文化祭３大イベント

秋の運試し「あたご梨福引き」



参加しないともったいない！秋の運試し！
【時間】14日(土)10時30分～11時30分
15日(日)10時30分～11時30分
【定員】各回先着40人※収穫量により変動あり
【参加費】1回500円

おたのしみ「抽選会」

各フロアをまわって、キーワードを集めて、抽選会に参加しませんか？素敵な景品があたります。
【時間】14日(土)15時00分～15時30分
15日(日)15時00分～15時30分

実演発表プログラム

11月14日(土)

9:30～ 9:50	開会式
11:00～11:30	手話
11:30～12:00	詩吟岡山岳風会半田山
12:00～12:30	津高吟詩会
12:30～13:00	ハワイアンフラ
13:00～13:30	津高民踊クラブ
13:30～14:00	箏曲むつみ会
14:00～14:30	3B 体操ジュニア
14:30～15:00	半田山こども銭太鼓
15:00～15:30	抽選会

11月15日(日)

10:00～10:30	お箏クラブ
10:30～11:00	みんなで歌おう会
11:00～11:30	津高マスカットコーラス
11:30～12:00	フレッシュ・マスカット・オカリナ
12:00～12:30	花架拳&練功十八法
12:30～13:00	合気道Ⅰ・Ⅱ
＜会場準備＞	
13:30～15:00	健康香和～健康チェック
15:00～15:30	抽選会
抽選会終了後	閉会式

健康香和イベント～健康チェック～

11月15日(日)13:30～15:00(受付終了14:45)
大事な体、冬に備えてチェックしましょう！

わくわく広場

「津高パラダイス」とつくって・たべて・あそぼう！

モール工作

モールを使って素敵な作品を作ってみよう！
【時間】14日(土)9時45分～11時45分
15日(日)9時45分～11時45分
【参加費】無料



キャンディ詰め放題

60秒の制限時間内にいくつ入るかな？
【時間】14日(土)12時00分～
15日(日)12時00分～
【参加費】1回100円

チェルキーとポップコーンの販売

サクッとふわっと甘いデニッシュ生地のおやつと、一度たべると止まらないポップコーンだよ



【時間】14日(土)12時00分～
15日(日)12時00分～
【値段】各1個100円

飲 食 販 売（食数限定）

14日(土)		15日(日)	
コーヒーセット	100円	コーヒーセット	100円
ペットボトル（お茶/ジュース）	150円	ペットボトル（お茶/ジュース）	150円
海老おこわ	500円	助六寿司	500円
ぶりの粕汁	300円	キーマカレー	500円
抹茶と和菓子	500円	マドレーヌ	250円

即売・フリーマート

布花(布花、ブローチなど)
草木染め(ストール、加工品、小物)
陶芸クラブ(陶芸作品)
表装(あたご梨)
津高風の谷(野菜、さをり織物、手作り雑貨、クッキー)
草花会(生花よせ植え、花木苗、寄せ植え、苗物、小物)
編物(編物作品、糸)
遊創会(糸のこ作品、クリスマスツリー)
※商品が売り切れ次第終了いたします。

【お知らせ】１１月１４日(土)、１１月１５日(日)は津高文化祭です。準備・片付けのため、１１月１２日(木)から１１月１６日(月)までは、通常業務(主催講座、クラブ講座、室貸与、図書館貸出及び返却)を休止します。