

令和6年度 クラブ講座案内

◇クラブ講座の活動内容、準備物等についての詳細は、御津公民館までお尋ねください。
◇無料で体験・見学ができます！活動日が変更になっている可能性がありますので、見学の際は事前に公民館へお問い合わせください。

令和6年4月1日現在

No	講座名	活動日	講師	月額受講料	No	講座名	活動日	講師	月額受講料
1	詩吟クラブ	第1・2・3・4月曜 10:00~12:00	成平 梨泉	2,000円	25	スマイルみつ(ワダンス)	第1・3金曜 13:00~15:00	木口 好	700円
2	3B体操 姫ちゃん	第1・2・3・4月曜 10:00~11:30	松下 淑子	2,000円	26	はじめての からだ改善ヨガ	第1・2・3金曜 10:00~11:30	玉井 智恵	1,500円
3	健康教室 にこにこ会	第1・2・4月曜 10:00~12:00	—	—	27	水墨画教室(遊墨会)	第4金曜 10:00~15:00	寺島 尚子	1,000円
4	琴修会大正琴 しらゆりの会	第1・3月曜 9:30~11:00	高山由美子	1,000円	28	低学年のための スキルケア	第3金曜 16:30~18:30	村松 幸代	500円
5	キッズダンスA (年長~小学2年生)	第1・3月曜 16:30~17:30	安井麻里亜	1,000円	29	シニア・女性・初心者に やさしいゴルフ教室	第3金曜日 9:00~16:00	宮武 数行 丹原 荘八	9,000円程度
6	キッズダンスB (小学3~6年生)	第1・3月曜 18:00~19:00	安井麻里亜	1,000円	30	こどもの茶道 表千家	第3土曜 10:00~12:00	安信 霜香	500円
7	民謡奏子会	第1・3月曜 18:00~20:00	中田 泰子	1,000円	31	手編み	第1・3土曜 13:00~15:00	戸川 好江	1回500円
8	「源氏物語」を楽しむ会	第3月13:00~15:00 第1火10:00~12:00	中山 美保	1,000円	32	みつスポーツチャンバラ	第2・4土曜 19:00~21:00	—	600円
9	太極拳	第1・2・3・4火曜 10:00~12:00	多田 玉恵	2,000円	33	こども英会話教室A (年中~小学2年生)	第2・4土曜 15:30~16:30	江田 ジュニア	1,000円
10	御津朗読グループ 「ブックブック」	第1・4火曜 13:00~15:00	沖田 喜一	500円	34	こども英会話教室B (小学3~6年生)	第2・4土曜 16:30~17:30	江田 ジュニア	1,000円
11	ろしよぎんえいかい 鷺照吟詠会(詩吟)	第2・4火曜 13:00~15:00	大取 鷺照	1000円	35	習字教室A	第2・4土曜 10:00~12:00	香山 栢澁	1,000円
12	誰でもできる 簡単マジック教室	第3火曜 10:00~12:00	小川 浩	500円	36	習字教室B	第2・4土曜 13:00~15:00	香山 栢澁	1,000円
13	ふるさと合唱隊	第3火曜日 13:00~15:00	西井 久恵	500円	37	ナチュラル染色 「あみ」の会(午前)	第2・4土曜 10:00~12:00	松本 道子	500円
14	童謡・唱歌を歌う会	第1・3木曜 10:00~11:30	大村由美子	1,000円	38	ナチュラル染色 「あみ」の会	第2・4土曜 13:00~17:00	松本 道子	1,000円
15	音楽グループ和音 ・アップダウン	第2・4木曜 10:00~12:00	大村由美子	1,000円	39	みつ楽々将棋教室	第2・4土曜 13:00~15:00	日本将棋連盟 岡北・備前支部	年1,000円
16	初歩からのパソコン塾	第2・4木曜 13:00~15:00	西井 慶子	—	40	アンサンブル みつ	第1・2・3・4土曜 13:00~15:00	—	—
17	ヴォーカルグループ ハートtoハート	第1・2・3・4木曜 19:00~21:00	堀川登士子	2,000円	41	御津リコーダークラブ	第1・3土曜 15:30~17:30	—	—
18	楽しい絵手紙みつ	第2・4木曜 10:00~12:00	広瀬かおり	1,000円	42	フローラル みつ(合唱)	第4土曜 13:30~15:30	にのみやみのる	500円
19	写真クラブ	第1木曜 13:00~15:00	—	—	43	スポーツウェルネス吹矢	第1・2・3・4土曜 15:30~17:30	土井 悦子	年3,000円
20	初歩からの卓球教室	第1・3木、第2・4土 10:00~12:00	牧野 彰介	大人500円 小人200円	44	ジュニアみつ3B体操	第2・4土曜 16:00~17:00	松下 淑子	1,000円
21	JASボールエクササイズ	第2・4木曜 10:00~12:00	原田 真理子	1,000円	45	初歩からの バドミントン教室	第1・3土 10:00~12:00 第2・4金 19:00~21:00	松本 哲也 中島 英喜	1,000円
新 22	フラワーサークル エッグプラント	第1・2・3・4木曜 10:00~12:00	今井 澄美子	—	46	きもの教室	第2火 18:30~20:00 第4日 9:30~11:00	檜村紀世子	1回500円
23	3B体操 ピーチエンジェル	第1・2・3・4金曜 18:00~19:30	平川 宮子	2,000円	47	STM体操	第2・4土曜 19:30~20:30	中村 知枝	1,000円
24	大人のための ピアノレッスン	第1・3金曜 9:30~11:30	是近 紀子 浦上 美穂	1,000円	48	合気道養神館御津クラブ	第2・4日曜 10:00~12:00	角南 英二 角南 知子	年登録料 6,000円

令和6年度「第47回御津公民館祭り・獅子舞フェスタ」の日程が 11月2日(土)・3日(日)に決まりました。お楽しみに!!



【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。TEL086-724-1441
〈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)

御津公民館だより

岡山市立御津公民館
〒709-2121 岡山市北区御津宇垣1629番地
TEL (086) 724-1441
FAX (086) 724-1666
Eメール mitsukoumin@city.okayama.lg.jp

ホームページ <https://www.city.okayama.jp/shisei/000010898.html>

5/18

「音楽と青島市」今年も開催！別紙チラシ見てください



御津公民館物語
2024.4月 No.87

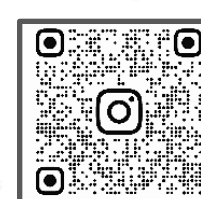
御津公民館
ホームページ



Facebook



Instagram



©MITSUKOUMINKAN

御津の歴史講座

「戦国乱世の終わりと本能寺の変」 「金川松田氏と宇喜多直家」 ~岡山ゆかりの資料を中心に~ - 備前西部をめぐる兵乱と興亡 -

天正10年6月2日、京都で本能寺の変が起こった当時の西日本の戦国時代について、「備前軍記」「備中兵乱記」の35年ぶりに現代語訳の全面改訂に関わられた監修者である講師にお話しをしていただきます

【日時】6月1日(土) 10:00~11:30
【講師】岡山県立博物館副館長
内池 英樹 さん
【定員】50名程度
【参加費】無料
【申込】4月8日(月)より先着順



※質問は都合により受け付けません

金川城を本拠地とした有力国人「金川松田氏」の関連領域の研究が進む中で、新たな検討や再評価を諸資料を基にお話ししていただきます

【日時】6月22日(土) 10:00~11:30
【講師】森 俊弘 さん
岡山地方史研究会会員〔戦国宇喜多を顕彰する会~大河ドラマ誘致を目指して~アドバイザー〕
【定員】50名程度
【参加費】無料
【申込】5月13日(月)より先着順



【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。TEL086-724-1441
〈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)

公民館が無料出張します!

準備できていますか?

普段なかなか公民館まで来ることができない人のために、公民館が地域の皆さんのところへ無料で出張します
申込締切: 4月19日(金)

【メニュー】①～⑤の中から第2希望までお選びください

①座ってヨーガ 約60分 OSKヘルスプロモーション
イスに座って無理なく体を動かそう

②音楽で健康寿命をのばそう!! 約60分
歌声サロン健康唱歌講師 立花 恵子さん
リトミック研究センター認定講師 田中 早紀さん

③ボールエクササイズ 約60分
講師 原田 真理子さん
ボールに体をゆだねるだけで関節がなめらかに、身体本来の強さとしなやかさを取り戻していきます
安全・簡単に行ってください

④マジックショー 約60分 公民館クラブ生
「誰でもできる簡単マジック教室」

⑤リンパマッサージで健康な身体づくり 約60分
講師 楠木 恵里奈さん
リンパ体操とストレッチで健康な身体づくりをしましょう

【実施期間】6月～3月頃(日程は要相談)

【応募条件】
・募集は10組程度 ・御津在住の5人以上のグループ
*申込が定員を超える場合は、新規利用団体を優先します
【申込】申込書を公民館窓口持参かFAX(724-1666)で

御津ふれあい元気教室

対象: おおむね65歳以上の岡山市民
【日時】 *時間10:00～1:00 *定員各50人程度

◆4月15日(月)
「基礎から学ぶ あっ晴れ! もも太郎体操」

◆5月20日(月)
「物忘れが気になる方の認知症予防講座」

【申込】今年度から**事前申し込みは不要**になりました
【持ち物】マスク、筆記用具・水分補給ができるもの

【主催】岡山市ふれあい介護予防センター
【共催】御津公民館

※教室当日は時間の余裕をもって参加してください

大人のための名画鑑賞会

心に残る映画を楽しんでみませんか?

【日時・内容】 *参加費無料
◆4月20日(土) 10:00～12:00 14:00～16:00
「5億円のじんせい」(2019年・日本映画) 112分

◆5月16日(金) 10:00～12:00 14:00～16:00
「わたしを野球につれてって」

(1949年・アメリカ映画) 93分

【会場】視聴覚室 【共催】御津図書館
【申込】当日受付(用紙に氏名と連絡先を記入)



介護・認知症に備えよう

～認知症の正しい理解～

誰しも、いつ、自分や家族の介護・認知症に出くわすかわかりません! そうなってから慌てないために、まずは、介護が必要となった時のため、『知ること』『準備すること』『話をする』から始めましょう

第1回目は、認知症とはどんな病気かについて
第2回目は、認知症についてより具体的に知ろう
(認知症の方がどんな風に考えているかについてもお話しの予定)

※各回、ゲームなども交え、楽しく分かりやすくお話いただく予定です

【日時】第1回: 4月5日(金) 10:00～12:00
第2回: 5月10日(金) 10:00～12:00
(いずれも、第1・2講座室にて)

【講師】おかやま enjoycare 大島 千絵さん
岡林 悠稀さん

講師の先生は特別養護老人ホームや認知症専門施設での勤務経験の豊富な方々です。当日質問コーナーも設ける予定です

【対象・定員】興味のある方なら年齢不問 40名程度

【参加費】無料

【申込】各回、窓口か電話にて、前日までお申し込みください

みつっこ・ぴよ

【日時・内容】 *時間はいずれの日も10:00～11:00

◆4月23日(火) 春のおさんぽ♪
*近くの河川敷におさんぽ予定。雨天の場合は支援センターで活動

◆5月28日(火) 親子体操①
【講師】楠木 恵里奈さん【参加費】無料

【対象・定員】就園前の子どもと保護者10組程度

【会場】御津金川地域子育て支援センター(御津金川476)

【申込】前日までに御津金川地域子育て支援センターへ
(電話: 724-1690)

スマイル・カフェ

誰もが気軽につどい、利用できる「出合い」と「つながり」をつくる、笑顔あふれるカフェ(スマイル・カフェ)です
おいしい月替わりスイーツもあります

【日時】◆4月5日(金) 13:00～15:00 「さくらカフェ」
☆お菓子は マドレーヌ

◆5月10日(金) 13:00～15:00 「青空カフェ」
☆お菓子はヨーグルトムースの予定です

*各日も40食限定

【メニュー】
コーヒー、紅茶 各 200円
お菓子のみ 300円
お菓子セット 450円



写真は3月のお菓子

パソコン相談室

【日時】4月16日(火) 13:30～15:00
5月14日(火) 13:30～15:00

【講師】ICTボランティアのみなさん

【参加費】無料

◆開催日前日の17時までにお申し込みください

スマホ相談室

【日時】4月16日(火) 13:30～15:00
5月14日(火) 13:30～15:00

【内容】スマホ体験(入門・基礎編)その後相談室

【講師】ソフトバンクスマホアドバイザーの方々

【参加費】無料・前日までに申し込みください

*スマホをお持ちでない方も参加いただけます



みつふるさと探検隊

～ゆたかなふるさと御津の自然を感じよう～

【対象】子ども～大人まで *小学3年生以下は保護者同伴

【講師】橋本 智明さん(岡山県自然保護推進員)

【参加費】年間: 保険代100円(子どものみ)

材料代は必要な回のみ(子ども・保護者)

【持参物】詳細は別途配布のチラシをご参照下さい。

【申込】5/7(火)までに公民館窓口で**保険代持参受付**

*日時・内容については変更することがあります



回	日時	内容
1	5/11(土) 10～12時	食べられる野草を見つけて食べよう ～うまい野草と危険な野草～
2	6/1(土) 19～20時半	ホタルと夜のいきもの観察会 (雨天中止)保護者同伴
3	7/13(土) 9～11時	夏の田んぼのまわりのいきものみつけ カブトムシ・カミキリなど
4	8/24(土) 9～11時	宇甘川の生き物調査 魚・水生昆虫・トンボ・チョウなど
5	9/14(土) 9～11時	三谷川の生き物調査(雨天中止) 魚・水生昆虫・ホタルの幼虫など
6	10/26(土) 10～12時	魚釣り大会 ドングリ博士になる
7	11/2(土) 10～15時	公民館祭りに出店しよう
8	12/7(土) 9時半～12時	臥竜山に登りながら自然観察 フクロウ、ムササビの巣穴など
9	1/11(土) 10～12時	初心者の野鳥観察会 見るだけじゃないよ、鳴き声で分かる野鳥観察
10	2/26(日) 10～12時	竹や木の実で遊び道具をつくろう 鳥の巣箱作りと巣箱掛け
11	3/8(土) 10～12時	セトウチサンショウウオみつけ

御津いきいき大学

楽しみながら学び、生きがいがづくり・仲間づくりをしましょう!

【対象】原則として60歳以上の方100名程度

【参加費】100円/1回 *実費が必要な回があります

【その他】*地区の当番(受付・会場の片付け)有り
*5回以上の参加者には最後に参加賞有り

【申込】4/19(金)までに公民館窓口か電話で受付
*日時・内容は変更することがあります

回	日時	内容
1	5/24(金) 10～12時	開講式&講演会「AMDA」
2	6/28(金) 10～12時	映画上映会(予定)
3	7/26(金) 10～12時	晴れの国トップアスリート派遣事業(予定)
4	8/23(金) 10～12時	健康教室「自然治癒力(免疫力)をアップさせる方法」-人生を楽しむ診療所院長-
5	9/27(金) 10～12時	ミニミニ運動会
6	10/25(金) 10～12時	演奏会「おやじバンドG&B」
7	11/29(金) 7～18時	研修旅行
8	12/20(金) 10～12時	寄せ植えで遊ぼう♪
9	1/24(金) 10～12時	ノルディックウォーキング体験
10	2/28(金) 10～12時	演奏会「弦楽四重奏」&閉講式

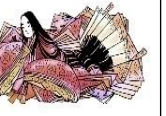
クラブからのお知らせ

◆「源氏物語」を楽しむ会
NHK大河ドラマでも大注目の紫式部、今年度は2本立てで進めます

★第1火曜日 10:00～12:00
・源氏物語を読み、その世界を楽しむ
テキスト: 源氏物語(瀬戸内寂聴訳 講談社)

★第3月曜日 13:00～15:00
・紫式部日記を読み解く
テキスト: 正訳紫式部日記(勉誠出版)

平安時代のあれこれを想像しながら一緒に楽しみませんか? お問い合わせは御津公民館まで!



御津図書館からのお知らせ

ゴールデンウィーク期間中は、以下の日程で休館いたします

◆休館: 4月29日(月)、30日(火)、5月3日(金)～6(月)

休館中の返却は、返却ポストにお返しく下さい

よろしく願いいたします
また、5月11日(土)のおはなし会は拡大版として、ボランティアグループの方全員で大型紙芝居、パネルシアター、工作、読み聞かせなど行います。ぜひご参加ください。