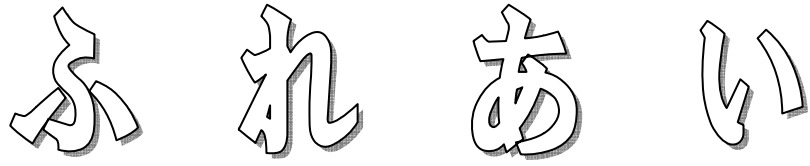


岡山市立岡西公民館だより



発行:岡山市立岡西公民館

〒700-0054 岡山市北区下伊福西町1-48

電話/FAX: (086) 253-7581

【ホームページアドレス】

http://www.city.okayama.jp/kouminkan/kousai/index.html

【eメールアドレス】 kousaikouminkan@city.okayama.lg.jp



おおむね65歳以上の方対象

ことぶき学級

住み慣れた地域でいつまでも元気に過ごすため、岡西公民館に集い、健康に楽しく過ごせるヒントを学びませんか。

第4回 「食品の安全とリスク」

【日時】 9月13日(金) 10:00~11:20

【講師】 中国四国農政局 職員

※全7回講座です。詳細は公民館設置のチラシをご覧ください。

※第6回11月29日(金)は、バス研修視察旅行を計画中！
詳細が確定次第、チラシ・10月1日発行公民館だよりで広報します。

対象 おおむね65歳以上の方

定員 60名(先着順)

受講料 無料

申し込み 岡西公民館窓口・電話・FAX・E-mailで受付中。

※FAX・E-mailの場合は、必ず電話番号を記載してください。

第5回 「石井地区の歴史」

【日時】 10月11日(金) 10:00~12:00

【講師】 教育・文化財課 職員 高橋 伸二さん

その他の主催講座

■岡西公民館ESDカフェ■

今年度のテーマは、引き続き“地元石井中学校区の人・モノ”。
みなさんの岡西公民館をもっと豊かで身近な公民館にしていけるために、
お茶を飲みながら、楽しく語り合しましょう♪ ※8月はお休み

第58回 「万成石について～“桜御影”にこめた思い～」

【日時】 9月10日(火) 13:30~15:00

【話題提供】 有限会社武田石材 代表取締役 高橋 健太さん

第59回 「奉還町商店街を元気に(仮)」

【日時】 10月8日(火) 13:30~15:00

【話題提供】 有限会社フクシマ宅建 代表取締役社長 犬飼 光晴さん

いずれの回も、☆ お茶・お菓子代100円(当日集金)

☆ 申し込み不要・参加費無料



■健康ウォーキング■ ※8月はお休み

第5回 ブランチ岡山北長瀬(JR北長瀬駅南側)

【日時】 9月19日(木) 10:00~14:00 (解散予定)

【行程】 歩く距離は約6キロ・小雨決行

(徒歩のみ・公共交通機関は使用しません)

*ブランチ岡山北長瀬とは…

本年6月にオープンした27店舗が入居する商業施設です。昼食ができる飲食店としてイタリアン、インド料理、とんかつ屋、おにぎり店、カフェ3店があります♪

【集合場所】 岡西公民館ロビー

【講師】 松村 裕正さん (岡西公民館前館長)

【定員】 20人(先着順)

【持ち物】 飲み物 【受講料】 無料

【申し込み】 岡西公民館窓口・電話で受付中

■園芸講座■ ～いろいろな植物・野菜の育て方～

第2回 【日時】 8月27日(火) 13:30~15:30

【講師】 山崎 光さん

(岡山県自然保護推進員・岡山県地球温暖化防止活動推進員)

【対象】 園芸に興味のある方

公民館の花壇等の整備をお手伝いいただける方

【定員】 15名(先着順)

【持ち物】 筆記用具 【受講料】 無料

【申し込み】 岡西公民館窓口・電話で受付中



■暮らしと環境 ～エコライフのすすめ～

第4回 「放射線や放射性物質、知ってますか？」

～目に見えないからこそ、正しい知識を～

【日時】 9月9日(月) 13:30~15:30

【参加費】 無料

第5回 「エコ料理に挑戦！」 ※講演と実習

～食材を無駄にしない調理と管理の工夫～

【日時】 10月29日(火) 10:00~12:30

【申し込み】 材料準備の都合上、10月21日(月)締め切り

【参加費】 材料代1人500円(当日集金)

【持ち物】 エプロン・三角巾・布巾3枚・手ふき2枚

いずれの回も、定員 20名(先着順) 受講料 無料

申し込み 岡西公民館窓口・電話で受付中



■毎月介護予防教室『ふれあい元気教室』■

共催:岡山市ふれあい介護予防センター

いつまでも元気で暮せるよう、介護予防にかかわる講話と実技を行います。

【対象】 おおむね65歳以上の岡山市民の方

【参加費】 無料(実費必要) 【申し込み】 不要(当日受付)

日時	内容
8月26日(月) 10:00~12:00	夏バテ予防の食事のポイント
9月17日(火) 13:30~15:30	膝痛・腰痛の原因を知って、予防しよう!
10月28日(月) 10:00~12:00	今の体力を知ろう! 体の柔軟性・握力測定など

【お問い合わせ】 岡山市ふれあい介護予防センター北事務所

電話:(086)251-6517

*毎回ストレッチ体操を行います。詳細は館内のチラシをご覧ください。

■ひだまりサロン■ ～おおむね65歳以上の方対象サロン～

手芸をしたり、おしゃべりしたり…仲間づくりの輪を広げましょう!

8月23日・9月27日 いずれも金曜日 10:00~15:00

【受講料】 無料 【参加費】 1回500円程度(材料代・昼食代)

【定員】 35名(先着順)

【申し込み】 岡西公民館窓口・電話で受付中

主催講座のご案内(つづき)

発達障がい定例座談会「あおぞら」

8月2日・9月6日・10月4日 いずれも金曜日 10:00~12:00

★10月4日(金)は【特別企画】

スペシャルゲスト「よつばの会」による「仕事体験」や農業体験・障害者雇用企業の見学等の活動についてうかがった後、座談会を開催します。

【参加費】無料 【申し込み】受付中

* 詳細は館内のチラシをご覧ください。



【自閉症啓発&よつばの会活動紹介パネル展同時開催】 令和元年9月30日(月)~10月13日(日)

パソコン教室 岡西 ICT ボランティア 指導

相談日

基礎的なパソコン操作について・大人が楽しむゲームの練習

【日時】8月24日(土) 10:00~12:00

【定員】5名(先着順) 【参加費】200円

ワードの活用

ワードを使った名刺作り、箸袋作りなど

【日時】9月21日・28日(土)10:00~12:00

【定員】5名(先着順) 【参加費】800円

いずれのコースも、

【申し込み】8月5日(月) 9:30~受付開始(電話可)

※パソコンの持ち込み可(申し込み時、OSの種類をお知らせください)

おはなし会 読み聞かせボランティアグループ「じゃんけんホイ」

絵本の読み聞かせや手遊び、簡単な工作をします。赤ちゃんから就学前のお子さん大歓迎★お気軽にご参加ください♪お申し込み不要、参加費無料。

日時:毎月第3火曜日 11:00~12:00

★8月20日(火) テーマ「ぞ」のおはなし

「夏休みキッズワールド2019」と合同開催。小学生も参加します!

★9月17日(火) テーマ「み」のおはなし



能登川用水を下る お魚ちょ〜さ隊

主催:坪田譲治の生家への道と童話を生んだ能登川を整備する会

日時:令和元年9月28日(土) 9:30~12:00

※小雨決行(中止の場合は、午前8時頃連絡します)・雨天順延10月5日(土)

【受付】9:00~ 【集合場所】なかよし保育園東にある月極駐車場

【参加費】無料 【活動場所】能登川用水(岡山市北区島田本町一丁目)

【定員】小学生とその保護者15組(先着順)

【持ち物】魚とり用の網、バケツ、お茶、タオル、帽子、筆記用具

川に入る時に履く靴(運動靴など)サンダル類不可、着替え

【申し込み】岡西公民館 Tel/Fax:086-253-7581までお申し込み

ください。(電話・FAX可)9月20日(金)17:00 締め切り。

ええとこ探しウォーキング ~ええとこ発見図を用いて~

主催:石井中学校区健康市民おかやま21

日時:令和元年10月24日(木) 9:30~12:30

【集合時間】9:15 【参加費】無料

【集合場所】大野コミュニティハウス(岡山市北区大安寺東町23-21)

【内容】「ええとこ発見図」を使ってウォーキング

~西消防署防災センター見学あり~

※雨天時は室内で体操を実施します

大野コミュニティハウス~笹ヶ瀬川~西消防署方面

【定員】石井中学校区にお住まいの方40人

【持ち物】お茶、帽子、タオル、その他ウォーキングに必要な物

ウォーキング終了後は飲み物とおむすびの提供があります

【申し込み】岡西公民館 Tel/Fax:086-253-7581までお申し込み

ください。(電話・FAX可)10月11日(金)17:00 締め切り。



第42回岡西公民館文化祭展示作品募集

令和元年度岡西公民館文化祭が、11月16日(土)・17日(日)に開催されます。つきましては、地域の皆様からの作品を募集します。

【対象】地域に在住・在勤・在学の方

【作品】公民館の壁面・机の上に展示可能なもの

【募集期間】8月5日(月)~8月31日(土)

【申し込み】公民館にある申し込み用紙にご記入し提出ください。

【協力金】お一人200円をご協力いただきます。

【搬入・搬出等】各自で行っていただきます。作品はお預かりできません。

展示に必要なチェーン・パネル等をご相談ください。

その他、詳細な日時等は後日、お知らせします。

不明な点は、お気軽にお尋ねください。

第2回文化祭実行委員会のお知らせ

第42回岡西公民館文化祭の2回目の実行委員会を開催し、文化祭の最終調整を行います。

各クラブから選出された実行委員、文化祭参加予定団体の代表の方は必ずご出席をお願いします。

【日時】9月14日(土)10:00~12:00

クラブ講座生募集

★大正琴(琴伝流)

【日時】第2・4木曜日10:00~12:00

【講師】八木 征子さん

【受講料】1,000円/月

【実費】必要(随時) 【持ち物】大正琴

★ヘルシーヨガ

【日時】第1・3木曜日19:30~21:00

【講師】Arati Mayumi さん

【受講料】500円/回 【実費】不要

【持ち物】ヨガマット、タオル、飲み物

★着物着付け B

【日時】第1・3金曜日10:00~12:00

【講師】大坪 美智江さん

【受講料】1,000円/月 【実費】不要

【持ち物】着物、帯、小物一式

★おとこの料理教室

【日時】第2土曜日10:00~13:00

【講師】光本 真智子さん

【受講料】500円/回 【実費】1,000円

【持ち物】エプロン、三角巾、布巾、持ち帰り容器

岡山市スポーツ振興課・大野小学校プール開放について(お知らせ)

7・8月の土・日曜日に開催している大野小学校プールのご利用にあたっては、通常、岡西公民館にて受付を行っておりますが、令和元年8月11日(日曜日(祝日))については公民館が休館となるため、この日に限り、臨時に大野小学校施設開放運営委員会管理入室(大野小学校体育館内)にて当日受付を行います。

なお、その他の開放日については通常どおり、岡西公民館で受付可能です。(体育館内での当日受付はできません。)ご利用の方にはご不便・ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

警報発令時の公民館業務について

★暴風警報、大雪警報、特別警報が発令された場合 公民館の業務(主催事業・講座、クラブ講座、室貸与、図書貸出等)をすべて停止し、臨時休館となります。原則として、公民館を利用中の講座や団体は、活動を中止して速やかに帰宅していただくようになります。

★大雨・洪水警報、高潮警報等が発令された場合 通常業務を継続。ただし、館の状況により臨時休館する場合があります。

休館日

Calendar table showing dates for August and September with shaded days indicating closure.