



# なださき

第224号

発行日/令和8年4月1日

発行/岡山市立灘崎公民館

住所/岡山市南区片岡159-1

TEL・FAX / (086) 362-0408

春

です。灘崎公民館で新たな活動をはじめませんか。ぜひ、公民館へお越しください。

## 「主催講座とは」…

地域や社会の課題解決、世情を反映した内容で公民館が企画・実施するものです。

高齢者対象の講座や、環境問題、地域の歴史や子どもの体験活動など、多彩な講座が開かれています。ぜひ、ご参加ください。

## 「クラブ講座とは」…

クラブ講座生が自主的に企画・運営している講座です。趣味的な内容のものや体を動かすものなど、多彩な活動が行われています。

灘崎公民館では、現在35のクラブ講座が開設されています。

## 「ロビーでは」…

主に岡山市内の様々な施設の催し物のチラシを設置したり、ポスターを掲示したりしています。今年度も定期的にロビー展も計画しています。また、新聞を読むこともできます。お気軽にお立ち寄りください。

## R8年度なださき大学

主催：灘崎公民館高齢者学習活動部会

参加無料

●日程・演題・講師 ※全て月曜日10:30~12:00 (No.5を除く)

回	日程	演題・講師
1	5月11日	「入学式」※聴講生は、11:00~12:00 「詐欺、交通事故の現状と対策 ~灘崎、南区の現状より~」 岡山南警察署 生活安全課、交通第一課 職員
2	6月8日	「食べる、しゃべるに役立つヴォイトレ」 NPO法人「音楽の砦」代表 ヴォイスクリエーター 松原 徹さん
3	7月6日	「ライフ&エンディングについて考えよう ~エンディングノートの始め方」 明治安田生命 岡山市地域包括ケア推進課
4	9月7日	「カラダは食べものからできている ~元気な人生100年のためのヒント」 (株)明治、岡山市薬剤師会
5	10月20日 (火)	「修学旅行(予定)~」バスガイド 岡村 真美さん ※詳細につきましては、年度途中で講座内で別途ご案内します。
6	12月7日	「シルバーレクリエーション大会」 岡山市レクリエーション協会 鷹取 良枝さん
7	1月18日	「初笑い新春落語会」 噺の会じゅげむ
8	2月8日	「私の歩んだ道 ~見えないから見えたもの~」 NPO法人ヒカリカナタ基金 理事長、元岡山盲学校 教頭 竹内 昌彦 さん
9	3月8日 または 15日	「時事問題」 山陽新聞社論説委員 「卒業式」

○対象 おおむね65歳以上の方。 ○定員 80人

○申込 年間を通して受講ご希望の方は、4月6日(月)9:30から4月28日(火)17:00までに、  
灘崎公民館事務室窓口でお申し込みください。(電話・Eメール不可)

○会場 岡山市ウェルポートなださき 1階 かしの木ホール (No.5を除く)

※年間を通しての申し込みはせず、興味関心のある回のみ選んで参加する“聴講生”という申し込み方法もあります。なお、“聴講生”の場合、その都度申し込みが必要となります。

【第1回 聴講生募集】4月13日(月)9:30~受付開始 (定員20人、電話・FAX・Eメール可)

# 新緑ウォーク

主催 灘崎中学校区21推進会  
共催 南区西保健センター

みんなで一緒に  
歩こうね!

今回は新緑の中、彦崎・植松方面を歩きます。ぜひご参加ください。

- 日 時 5/9(土)9:30~12:00 受付 9:30~(雨天中止)
- 集合場所 彦崎老人憩いの家(南区彦崎 2907-29)
- 参加費 50円(当日集金・保険代) ○定員 50人
- 対象 どなたでも(小学生以下は保護者同伴)
- 申込 4/2(木)受付開始。必要。灘崎公民館まで電話またはEメール(右記二次元コード)FAXでお申し込みください。
- 申込締切 4月28日(火)16:00まで。



# 灘崎の干拓の歴史を訪ねて ふるさと史

児島湾は大昔「吉備の穴海」と呼ばれていました。大昔の吉備の穴海は今と違い広い広大な内海でした。そこへ北から吉井川・旭川・笹ヶ瀬川が中国山地・吉備高原を浸食した土砂を流し出し、児島湾の北岸は堆積作用で陸地化が進みました。その後、長い歴史の中で灘崎の干拓が進み、今の灘崎が生まれました。

今回は、干拓の歴史を地図、絵図、写真でみることで灘崎の歴史(移り変わり)を学びます。座学のあとは実際に土手を歩いて干拓の歴史にふれるウォーキング(約5km)を行います。

No.	日時	内容	講師・会場ほか
①	5/23(土) 10:00~12:00	講演 「地図、絵図、写真で 見る灘崎の歴史」	講師 橋 英雄さん(ふるさと史案内人) 会場 灘崎公民館 第2講座室 受講料 無料
②	5/30(土) 9:00~11:30	灘崎の樋門を巡る ウォーキング	講師 橋 英雄さん(ふるさと史案内人) 集合場所 岡山市サウスヴィレッジ正門前 (岡山市南区片岡 2468 番地) 参加費 50円(当日集金・保険代) ※雨天中止

- 対象 どなたでも(小学生以下は保護者同伴) ○定員 40人
- 持参物 水分補給用の飲み物・筆記用具 ②に参加の方は、歩きやすい服装、弁当
- 申込 必要。4/6(月)9:30より受付開始。  
灘崎公民館まで電話、またはEメール(右記二次元コード)でお申し込みください。  
※講演のみ、ウォーキングのみの参加も可能です。申込時にお伝えください。



## 灘崎シネマ倶楽部



- 日 時 4/18(土)13:30~16:00
- 場 所 迫川コミュニティハウス(南区迫川 1088)
- 上映作品 「深夜食堂 第4部 第1巻」  
2016年・日本制作。オリジナル・シリーズとして、『深夜食堂 -Tokyo Stories-』のタイトルで配信された作品の短編ドラマ。  
(原作/安部夜郎 出演/小林薫、オダギリジョー ほか)
- 参加費 無料 ○定員 50人(先着順。定員になり次第締め切り)
- 申込 必要。4/6(月)9:30より受付開始。  
灘崎公民館まで電話、FAX または Eメール  
(右記二次元コード)でお申し込みください。



### 「主催講座」の申し込みに関して

- ◆申し込みは、先着順で受け付けます。(定員になり次第締め切ります。)
- ◆留守番電話でのお申し込みはできません。
- ◆場所についての記載がない場合は、灘崎公民館で開催します。
- ◆水分補給のための飲み物をご持参ください。
- ◆換気のため、窓や扉を開けることがあります。温度の調節がしやすい服装でお越しください。

### 「クラブ講座」の申し込みに関して

- ◆随時見学できます。公民館までお気軽にお問い合わせください。

[Eメールアドレス] [nadasakikoumin@city.okayama.lg.jp](mailto:nadasakikoumin@city.okayama.lg.jp)  
 [フェイスブックページ] <https://www.facebook.com/nadasakikouminkan>  
 [ホームページ] <https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010929.html>

こちらからもホームページにアクセスできます。 → → →



共催：灘崎3学区栄養改善協議会



## 「残したい灘崎の家庭の味」募集

令和5年度からレシピの募集を開始した「残したい灘崎の家庭の味」では、地域の食材を使った家庭の味が寄せられ、毎年参加した皆さんと一緒に実際に調理し、味わってきました。令和8年度は、皆様から頂いたレシピをまとめていこうと考えています。まだ、我が家にもおいしいレシピがあるよ！と思っているみなさま、ぜひ「残したい灘崎の家庭の味」に応募してみてください。

応募してくださった方々を講師にお迎えし、料理教室を開催したいと思います。

今年度も家庭の味を、次の世代に伝えていけるよう令和8年度も引き続き、「残したい灘崎の家庭の味」のレシピを募集します。応募用紙は、公民館にあります。



詳しくは、公民館までお問い合わせください。

**募集期間：4月6日(月)～6月26日(金)**

## クラブ講座参加者募集

### 「灘崎囲碁クラブ」

初級者から有段者の方まで、子どもや高齢者の皆様、男女を問わず一度見学にお越しください。

楽しい囲碁に触れ、和やかな時を味わってください。

○活動日…毎月第1・2土曜日 13:00～15:00

※活動時間・活動日に追加あり

\*\*\*\*\*

●灘崎公民館のいずれのクラブ講座も、現在、受け付け中です。

●灘崎公民館まで電話またはFAXでお申し込みください。

## IT部会メンバー募集

公民館で行うパソコン講座・スマホ講座のサポートや、灘崎文化まつりの記録撮影などにボランティアとして協力して下さるIT部会メンバーの方を募集しています。ご協力いただける方は、灘崎公民館にご連絡ください。公民館活動の充実のために、どうぞよろしくお願ひします。詳しくは、灘崎公民館までお問い合わせください。

## 「チーム灘」ロゴマーク完成!!

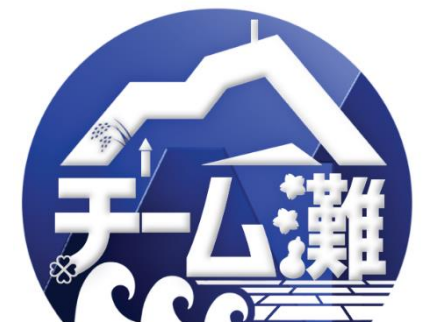
本年度は、私たち「チーム灘」結成10年の記念の年です。私たちメンバーで昨年から考えていたロゴマークが、ついに完成しました。

みんなで出し合った灘崎に関するいろいろなアイデアを、OBの光島一輝さんがまとめて仕上げました。

私たちの地元、「灘崎の魅力」をたくさん盛り込んだ素敵なデザインです。地域の皆さんにも親んでもらえるよう、「チーム灘」の様々な活動やお知らせの際に使用します。これからも地域の皆さんとともに、より幅広く、充実した活動を目指してがんばりますので、ご期待ください。

また、地域や保護者の皆さんで、私たちの活動にご協力いただける方は、灘崎公民館へご連絡ください。よろしくお願ひします。

中高生登録制ボランティア「チーム灘」



## 第38回 灘崎ひょうたんまつりを開催しました

3/7(土)・8(日)「灘崎ひょうたんまつり」を開催し、さまざまな瓢箪を展示しました。

2日間合わせて200名を超える皆様にご覧いただくことができました。ありがとうございました。

《主催》灘崎ひょうたん組合 《後援》灘崎公民館

【灘崎ひょうたんまつりの様子】



# 近隣施設 & 地域情報

※詳細につきましては、各主催団体へお問い合わせください。

## 大山桜第21回さくら祭り in 奥迫川

4/1(水)~4/10(金)10:00~14:00(雨天中止)

※お車でお越しの際は、「大山桜駐車場」にお停めください。徐々に桜の開花が早まっています。見ごろ等、詳しくは実行委員会にお問い合わせください。

主催:奥迫川さくら祭り実行委員会 連絡先 090-6835-3819(藤原)

## 4/4(土)~5(日)紙芝居「大山桜ものがたり」の公演をおこないます。

○日 程 (両日とも) 1部 11:00~ 2部 13:00~(予定)

○会 場 奥迫川集会所



## なださきふるさとまつり2026

今年も「なださきふるさとまつり」を開催します。お友達やご家族みなさまでお越しください。

◇日 時 4/26(日)10:00~16:00(小雨決行)

◇場 所 岡山市サウスヴィレッジ 芝生広場

◇内 容 カラオケ大会、お楽しみ抽選会、出店コーナー、迫川獅子舞、七区小唄保存会、ホアロハクラブ・灘崎ポニ、和太鼓かざぐるま、バトントワリングクラブm★STAR岡山、なおとお兄さんの大道芸、ミニSL、灘崎地区保育園・こども園おどり、灘崎中学校吹奏楽部、岡山消防音楽隊、地震体験車の体験、消防車など

◇主 催・問い合わせ

なださきふるさとまつり実行委員会 事務局 大西 090-8364-0105

※内容等変更になる場合があります、ご了承ください。



## 2026年度 介護予防教室「できる!元気で長生き なださき」

【お問い合わせ】岡山市ふれあい介護予防センター南事務所 ☎086-230-0315

- ◆ 日 時 4月24日(金)10:00~12:00 ◆ 内 容 「フレイル予防で健やかな身体づくり」
- ◆ 対 象 おおむね65歳以上の岡山市民 ◆ 受講料 無料
- ◆ 持ち物 筆記用具、水分を補給できるもの ◆ 申 込 不要
- ◆ 場 所 岡山市ウェルポートなださき 1階 かしの木ホール

## 岡山市立灘崎図書館

【お問い合わせ】☎086-362-5277

◆ 日 時 4月15日(水)14:30~14:50、5月20日(水)14:30~14:50

◆ 場 所 岡山市立灘崎図書館 かみしばいコーナー

◆ 対 象 幼児から

◆ 内 容 絵本や紙芝居の読み聞かせ など

◆ 参 加 自由

## 岡山市ウェルポートなださき

☎(086)363-5001 FAX(086)363-5011

【お問い合わせ】岡山市ウェルポートなださき講座担当 Eメール j\_welp@mx.okayama-fureai.or.jp

4月開講(期間4月~9月)講座の受講生随時募集中です。

- おなかひきしめエクササイズ~めざせ! -5歳~(全15回) / 火曜日 10:00~11:00
- 楽しく運動☆かんたん脳トレ・筋トレ・ストレッチ (全12回) / 水曜日 10:00~11:30
- お腹から健康に導く臓活ヨガ®(全20回) / 水曜日 10:30~11:45
- リンパマッサージ&体調改善エクササイズ (全15回) / 金曜日 10:00~11:30

※日程等の詳細はウェルポートなださきまでお問い合わせください。

お申し込みは来館・ハガキ・FAX・Eメールのいずれかにてお願いいたします。