



とみやまだより

第346号 2025年8月1日発行
発行元 岡山市立富山公民館（中区福泊246-1）
Tel & Fax (086) 274-0827
ホームページ <https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010994.html>
E-mail tomiyaamakouminkan@city.okayama.lg.jp
フェイスブック <https://m.facebook.com/TomiyaamaKouminkan>

主催：富山公民館 共催：とみやまエコクラブ、富山学区婦人会

第16回 富山ESDにここにかフェ 多文化共生のまちづくり ～「ともに暮らす」を考えよう～

岡山市では、国籍や民族などの異なる市民がお互いの文化や習慣の違いを認め合い、地域社会の一員として共に支え合い、共に築く多文化共生社会をめざしています。今回は地域にお住まいの日本人と外国人のご夫婦、外国で暮らした経験があり、外国人留学生をホストファミリーとして受け入れておられる方のお話をお聴きします。外国の方と地域社会でともに暮らすということはどのようなことでしょうか。お茶を飲みながら、みんなで考えましょう。

〈日 時〉 8月24日(日) 13時30分～15時30分

〈講 師〉 アレン 由美子さん(地域住民)
アレン ジュニア ティモシー チェンバースさん(アメリカ出身)
大尾 那奈子さん(地域住民)

〈場 所〉 富山公民館 2階 第1・2講座室

〈実 費〉 お茶代100円(当日集金) 〈定 員〉 30名(先着順)

〈申 込〉 8月4日(月)9時30分より受付開始

地域応援人づくり講座

主催：富山学区自主防災会・岡山市立富山公民館・岡山市市民協働企画総務課

地震発生！そのときあなたは、どこにいますか？ ～その場に応じた危険回避術と備え～

地震発生時の避難行動を考えます。特に「家(住まい)」に焦点を当て、自分や家族の命を守る備えや工夫について学びます。具体的な事例から、発災時にどう動くべきかを一緒に考え、命を守るための一歩を踏み出しましょう。



〈日 時〉 9月13日(土) 13時30分～15時30分

〈場 所〉 富山公民館 2階 第1・2講座室 〈受講料〉 無料

〈講 師〉 渡辺 睦さん (睦月工房一級建築士事務所
一級建築士・木造住宅耐震診断員)
小橋 正浩さん (小橋工務店 代表取締役社長
一級建築士・木造住宅耐震診断員)

〈対象・定員〉 富山学区にお住まいの方(中学生以上)先着60人

〈申込み〉 事前申込が必要。8月18日(月)9時30分から受付開始。
窓口・電話で受付。定員に達していなければ当日参加可。

富山いきいき教室

高齢者をはじめ多くの方が仲間と一緒に、新たな学びで生きがいや安心な生活を手に入れましょう。

〈日 時〉 8月21日(木)13時～15時

〈内 容〉 「人生は終わりのない学校」～今が青春 一生青春～

〈講 師〉 井上 凱文さん(元 RSK アナウンサー)

〈対 象〉 おおむね65歳以上の方 〈定 員〉 30人(先着順)

〈受講料〉 無料 〈申込み〉 事前申込が必要。公民館窓口か電話で受付。

後期日程が決まりました

下表のとおり、後期日程が決まりました。ふるってご参加ください。

日 時	学習内容	定員・受付
9月27日 (土) 13～15時	「岡山市に生まれた児童文学者 『坪田譲治』の世界」 ～岡山市のユネスコ「創造都市ネットワ ーク」(文学部門)への加盟認定を記念して～ 下山 俊子さん(坪田譲治を顕彰する会 会長)	先着 30 名 受付開始: 8/28(木)
10月16日 (木) 13～15時	「自分と家族のための大切な知識」 ～遺産相続・遺言・成年後見について～ 永井 行雄さん(一般社団法人晴れ ばれ岡山サポートテラス専務理事)	先着 30 名 受付開始: 9/18(木)
11月7日 (金) 8～17時	バス視察研修 「瀬戸内国際芸術祭 in 香川」～瀬戸大橋で結ばれた岡山と香川 が目指す「希望の海・瀬戸内」～ ※バス代等の実費が必要	先着 25 名 受付開始: 9/25(木)
12月11日 (木) 14～16時	「時事問題から学ぶ」 ～皆さん、今、何が気になりますか？～ 岡山 一郎さん(山陽新聞社客員論説委員)	先着 30 名 受付開始: 11/10(月)

警報発令時の対応と避難所について

公民館は、暴風・暴風雪・大雪または特別警報のいずれかが発表されたとき、または富山中学校区に警戒レベル3「高齢者等避難」以上の避難情報が発令され、公民館に避難所が開設された場合、通常業務(主催講座・クラブ講座・室貸与・図書貸出など)を停止します。活動中の場合は活動を中止し、安全に配慮し速やかに帰宅をお願いします。



関節ケア教室 ～股関節編～

股関節が痛い、動きづらいなど、不調はありませんか？ 自分の関節の状態を知って、身体を正しくケアする方法を学びませんか？

〈日 時〉 9月18日(木)13時～15時

〈内 容〉 関節の構造、筋肉の動きについての

講義、ストレッチ(体を動かす) など

〈講 師〉 佐藤 諭さん(そら整骨院 院長 柔道整復師)

〈定 員〉 先着15名 〈受講料〉 無料

〈準備物〉 動きやすい服装、お茶などの飲み物、ぞうきん

〈申込み〉 事前申込が必要。8月18日(月)9時30分より公民館窓口・電話で申込受付を開始し、定員になり次第締め切ります。



とみやま学習サポート塾

数学・英語の得意な人も苦手な人も、大学生や地域の大人のボランティアさんと一緒に学びませんか？
(数学や英語の質問ができます)



〈日 時〉 8月24日(日)10時～12時

時間内ならいつでも来ても大丈夫。出入り自由です。

〈場 所〉 富山公民館 2階 講座室 〈対 象〉 中学生・高校生

〈持ち物〉 数学や英語などの学習に必要なもの(宿題、教科書など)

〈参加費〉 無料 〈申込み〉 いりません。当日直接きてください。

※富山公民館のロビーではいつでも自由に自習ができます。

ロビー展「戦災資料の巡回展」

今年は戦後80年の節目の年。昭和20年(1945)6月29日の岡山空襲の被害状況を記録した写真等を見ながら、平和について考えてみましょう。 〈期間〉 8月21日(木)～9月2日(火)



第21回 富山文化まつり ボランティアスタッフ募集！

10月25日(土)、26日(日)に行われる「富山文化まつり」を一緒に盛り上げていただけるボランティアスタッフ(高校生以上の方)を募集しています。 ※「富山文化まつりニュース第1号」も見てね！

〈活動日〉 10月24日(金)、25日(土)、26日(日)

10時～16時 (いずれか1日でも可)

公民館窓口にあります

〈活動内容〉 会場設営・来場者案内・交通整理・販売補助など

〈申込み〉 富山公民館まで。窓口、電話、Eメールで受け付けます。

開館時間：9時30分～21時 ※日曜日は9時30分～17時

休館日：毎週水曜・祝日・年末年始



ホームページ



Eメール



FACEBOOK

富山映画会

8月「ジキル博士とハイド氏」 1931年 アメリカ 白黒 96分
 〈日 時〉8月18日(月) (曜日注意) 10時～12時 〈受講料〉無料
 〈定 員〉40人(先着順) 〈申込み〉受付中

9月「ホーム・スイートホーム ～認知症と家族愛の物語～」
 2004年 日本 110分 監督:栗山 富夫 主演:神山 繁
 〈日 時〉9月11日(月) 10時～12時 〈受講料〉無料
 〈定 員〉40人(先着順) 〈申込み〉8月18日(月) 9時30分～

ぽそこんチャレンジコーナー

スマホアドバイザーの方に、スマートフォンの使い方をやさしく教えていただきます。

〈日 時〉9月 8日(月) 10時30分～12時 「LINE 応用」
 (無料スタンプの取り方、通知オフ・ブロック、LINE 電話)

9月26日(金) 13時30分～15時 「YouTube で検索」
 (YouTube の使い方、ギガ・Wi-Fi について)

〈講師〉スマホアドバイザー 〈参加費〉無料 〈定員〉各回先着 30 名

〈備考〉どちらか1回の参加でも可。事前申込み必要。

貸出機有。ご自分のスマートフォンでも可。

〈申込み〉受付中。公民館窓口か電話で受け付け、定員になり次第締め切ります。



パソコン講座のボランティアを募集中!

興味関心のある方はお気軽に富山公民館までお問合せください。

共催:岡山市ふれあい介護予防センター

とみやま健康づくり教室

〈日 時〉8月28日(木) 10時～12時 ※原則毎月第4木曜日に実施

〈場 所〉富山公民館 2階 第1・2講座室

〈内 容〉若返りの秘訣!脳トレで認知症予防

〈対 象〉おおむね65歳以上の岡山市民 〈定 員〉40名

〈受講料〉無料 〈申込み〉申込不要(当日直接お越しください)

「みんなの居場所」

あつまれ!レインボーアットホーム あつしぼ

主催:あつまれ!レインボーアットホーム つながりの会

協賛:富山学区連合町内会・富山学区自治振興会・富山公民館

地域の皆さんがアットホームで楽しく自由にくつろげる居場所です。ボードゲーム、昔あそび、卓球、折り紙、ぬり絵、おしゃべりなど、楽しいことがいっぱい。小さい子どもさんが遊べるコーナーもあります。何をしてもいいし、何もしなくてもOK。宿題もできるよ!

※8月はお休みです。

〈次回開催日〉9月12日(金) 15時30分～18時

この時間内なら、何時に来て何時に帰ってもOK!

〈場 所〉富山公民館2階 第1・2講座室

〈対 象〉幼児から高齢者まで(地域にお住まいの皆さん)

※小学生は、一度家に帰ってから来てください。

※帰り道がご心配な方はお迎えをお願いします。

※就学前のお子さんは保護者の方とご一緒にどうぞ。

〈参加費〉無料

※Instagramもチェックしてね! ↑



ATUREBO.TOMIYAMA

主催:認知症サポーターリーダー富山会

第90回「オレンジカフェ青春」

〈日 時〉8月25日(月) 10時～12時

〈場所〉富山公民館 2階 第1・2講座室

〈内容〉◆～住み慣れた地域で暮らし続けるために～

♥多世代交流で楽しい時間を共有しよう!

小学生とゲームやクイズで心身をリフレッシュしよう

元気になりたい方は遊びに来てください

◆専門職による相談コーナーもあります

〈参加費〉100円 〈定 員〉40名 〈申 込〉必要

〈申込先〉TEL・FAX 086-276-5332 福森さんまで



岡山市令和7年度困難を抱える女性への支援事業

withyou ホットライン

こんな相談、どこにもできないと思ってた…。

家族や人間関係の悩み、パートナーのこと、学校や職場のことなどなど、ひとりで不安にならずに、まずは連絡してみてね。

若年(子供・学生)女性～女性(大人)のお悩みに対して、女性の相談員と一緒に考えていきます。

[月～木・土・日] 10時～16時 [金曜日のみ] 14時～21時

YORIBA カフェ「meet」

実際にお会いして軽食しながら、色々とお話ませんか?

〈日 時〉第3日曜日 12時～16時

〈場 所〉岡山市中区湊467-5

【電話】090-6242-5424

【LINE】右上の二次元コードから

※「withyou ホットライン」は岡山市の委託を受けて、NPO法人オカヤマビューティサミットが運営しています。

〔問合せ先〕NPO法人オカヤマビューティサミット

TEL (086)206-2700



さんさん育児相談 (旧赤ちゃんすこやか相談)

身長・体重などの計測や発育・発達に関する育児相談を行っています。予約が必要です。日時、会場、予約方法の詳細については、岡山市ホームページをご確認ください。

※右の二次元コードからどうぞ。

〈対象〉1歳未満の乳児の保護者

〈持参物〉親子手帳、バスタオル

〈問合せ先〉中区保健センター TEL(086)274-5164



愛育委員の皆さんによる 親子ふれあい広場

主催:富山学区愛育委員会

友達作りの場として、くつろぎながらホッとできる場です。

子育ての悩みはありませんか?富山学区担当の保健師さんも来られます。

〈日 時〉9月18日(木) 10時～12時

〈場 所〉富山公民館 1階 実技室

〈対 象〉就園前のお子さんと保護者

〈内 容〉食事についてのお話、工作、紙芝居

〈参加費〉無料 〈申込み〉富山公民館まで



富山どうさんクラブ

就園前の子どもたちを自由に遊ばせながら、保護者の方が育児の悩みを話し合ったり、情報交換をしたりします。原則として、毎月第1・3火曜日に活動しています。※8月はお休みです。

〈日 時〉9月2日(火)、16日(火) 10時～11時30分

ぽけっと文庫

毎月第3金曜日の15時30分～16時30分に、スタッフの皆さんが本を読んでくれたり、おはなしを語ってくれたりします。簡単な工作やわらべうたもあります。絵本やお話の楽しさを味わいましょう。※8月はお休みです。

〈次回開催日〉9月19日(金) 15時30分～16時30分

かえで文庫

菅田さんがご自宅で開いている家庭文庫です。わらべうたと絵本の読み聞かせなど。子育て相談にも応じます。

※8月はお休みです。

〈日 時〉9月16日(火) 10時～11時

〈場所〉菅田さん宅(山崎) 〈申込〉3日前までに菅田さんまで

〈申込み・問合せ先〉菅田 桂子さん TEL(086)276-1357

