

とみやまだより

第327号 2024年1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>



あけましておめでとうございます 本年もどうぞよろしくお願ひいたします

岡山市立富山公民館 職員一同



館内の改修工事を実施します

富山公民館2階の第1講座室と第2講座室の間にあるパーテーションや、各室の黒板などの改修工事を行います。この間、2階の部屋は全面的に使用を中止します。大変ご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

〈実施期間〉1月26日(金)～2月9日(金)

共催：とみやまエコクラブ、富山学区婦人会

フードドライブにご協力ください

～食品ロスをなくそう！ 食品の寄付募集～

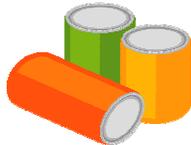
家庭で余っている食品を集めて食品を必要としている団体や子ども食堂、福祉施設等に寄付する活動「フードドライブ」を実施します。みんなで「食品ロス0」をめざしましょう。寄せられた食品は児童養護施設等に寄付させていただきます。

〈受取期間〉1月15日(月)～1月28日(日)9時30分～17時

※休館日(水曜日)は除きます。

富山公民館窓口までご持参ください。

〈対象食品〉缶詰・瓶詰、インスタント・レトルト食品等、長期保存が可能なものに限ります。詳しくは富山公民館までお問い合わせください。



ぐるんぱの会 ～みんなで知ろう発達障がい～

発達障がいや子どもの育ちについての学習、情報交換の場です。不安や悩みを出し合い、肩の力を抜いてほっと一息つきませんか。

〈日時〉1月20日(土) 14時～16時

〈場所〉富山公民館 2階 第1講座室

〈定員〉20名(先着順) 〈実費〉100円(お茶代)

〈申込〉富山公民館まで(定員以内なら当日参加も可)

〈託児〉定員5名、託児料300円(お申し込みは1週間前までに)



みんなのしゃべり場

地域で育つ子どもたちのために、大人として何が出来るかをみんなで考えませんか。地域内の学校園等を見学し、学校や子どもたちのことについてフリートークを行います。現地集合、現地解散です。

〈日時〉1月18日(木)10時～11時30分 〈受講料〉無料

〈場所〉富山小学校 〈内容〉見学とフリートーク

〈申込み〉1月15日(月)までに富山公民館まで



富山映画会

1月「綾小路きみまろ 爆笑！最新ライブ名演集
～きみまろさん、それは言いすぎです」2013年 62分
「やすしきよしの漫才独演会」1997年 58分

〈日時〉1月11日(木)10時～12時 〈受講料〉無料

〈定員〉40人(先着順) 〈申込〉富山公民館まで

※2月の「富山映画会」はお休みです。

パソコンチャレンジコーナー

事前申込みが必要です。ご注意ください。

※できるだけご自分のパソコンをお持ちください。

〈内容〉「年間医療費を調べてみよう(エクセル)」(全2回)

〈日時〉2月19日(月)10時～12時

2月26日(金)13時～15時

〈参加費〉1回200円 〈資料代〉1部100円

〈定員〉10名(先着順)

〈申込〉事前申込必要。公民館窓口・電話で1月9日(火)9時30分より受付開始し、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しています！

興味関心のある方は、お気軽に富山公民館までお問い合わせください。

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

地域の仲間と交流しながら、体も心も健康になりましょう！



〈日時〉1月25日(木)10時～12時

〈内容〉座りすぎには要注意！座位時間を減らして健康に

〈場所〉富山公民館 2階 第1・2講座室

〈対象〉おおむね65歳以上の岡山市民

〈受講料〉無料 〈申込〉申込不要(当日直接お越しください)

主催：岡山市中区役所・山陽学園大学

健康チェックをしてみませんか <参加無料>

山陽学園大学看護学部の教員と学生による健康チェックを行います。

〈主な測定内容〉認知機能、運動能力、骨密度、体内水分量、血管年齢、肌年齢等

〈測定日〉2月28日(水)①10:30～12:30 ②13:30～15:30

2月29日(木)③10:30～12:30 ④13:30～15:30

※①～④のご都合の良い日時をお選びください。

〈結果説明日〉3月6日(水) ※2月28日に測定した方は10:30～12:30、2月29日に測定した方は13:30～15:30にお越しください。

〈場所〉富山公民館(測定日・結果説明日とも)

〈対象〉測定日と結果説明日に参加できる、中区在住の65歳以上の方

〈定員〉各回とも10名程度(抽選)

〈申込〉中区役所総務・地域振興課へ電話、E-mail、申込書を郵送、FAXまたは直接持参。(2月13日(火)必着)

※申込書は公民館にあります。中区役所のホームページからもダウンロードできます。 ※富山公民館では申込受付を行いません。

〈問い合わせ先〉中区役所総務・地域振興課 区まちづくり推進室

電話番号 086-901-1602 FAX番号 086-901-1604

E-mail nakakusoumu@city.okayama.lg.jp



令和6年3月1日以降、公民館の回収ボックスには食品トレイは出せません。

前号の「とみやまだより」、「市民のひろばおかやま」12月号でお知らせした通り、令和6年3月1日から「プラスチック資源」の回収が始まります。食品トレイは令和6年2月29日(木)を最後に回収ボックスを撤去し、公民館での回収を終了します。3月からは、週1回の「プラ資源の日」に可燃ごみや不燃ごみと同じ「ごみ収集ステーション」へ出してください。





「みんなの居場所」 あつまれ！レインボーアットホーム

主催：あつまれ！レインボーアットホーム運営委員会
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・お絵描き・ぬり絵・おしゃべりなど楽しいことがいっぱい。何をしてもいいし、何もしなくてもOK。宿題もできるよ！

1月は「お正月あそび」がたくさんあるよ！ かるたや福笑いなど、なつかしい遊びで楽しもう！

なお、10月～3月は実施時間が冬時間になって15時～17時になります。ご注意ください。



〈日時〉1月12日(金) 15時～17時
時間内であれば、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)

※就学前のお子さんは、保護者の方が一緒にお越しください。

〈参加費〉無料



Instagramもチェックしてね！

みんなで防災カレーを作って食べよう！

2月の「あつまれ！レインボーアットホーム」は都合によりお休みです。その代わりに、ポリ袋を使ったごはん&カレー作りをします。少ない水と燃料で作れて地震などの災害時に役立つ料理を体験しましょう！



〈日時〉2月10日(土) 10時～13時

〈場所〉富山公民館1階 料理講座室 〈参加費〉無料

★詳細は、後日配布されるチラシをご覧ください。

主催：認知症サポートリーダー富山会

第72回「オレンジカフェ青春」

〈日時〉1月22日(月)10時～12時

〈内容〉◆住み慣れた地域で暮らし続けるためには～ケアマネージャーが思う地域での支援～

講師 岡山ハッピーライフ操風 居宅介護支援責任者 矢尾 哲平さん(介護支援専門員)

進行役 岡山旭東病院 地域医療サポート室室長 河村 武人さん

〈場所〉富山公民館 2階 第1・2講座室

〈参加費〉100円 〈定員〉40名 〈申込〉必要

〈申込先〉福森さんまで TEL・FAX 086-276-5332

富山地区元気の出る会

「富山地区元気の出る会」は、岡山市社会福祉協議会などの支援を受けて平成3年に発足しました。高齢者や障がいのある方が、住みなれた地域でボランティアや家族の協力を得て、月に一度活動しています。



〈日時〉1月15日(月)、2月19日(月)13時30分～15時30分

〈場所〉富山公民館 2階 第2講座室

〈1月の内容〉新年会「詩吟・尺八・百人一首」など

「みんなで一言話しましょう、それをみんなで聞きましょう！」

(気楽におしゃべりタイムです♪)

〈問合せ先〉大河原さんまで TEL 086-274-0912

【会員募集中】 ボランティアとしての入会も歓迎！

富山小学校造形展

富山公民館ロビーに、富山小学校児童の絵画を展示します。

〈期間〉2月2日(金)～2月13日(火)

主催：富山学区婦人会、富山地区青少年育成協議会

第12回 いきいき健康教室 in とみやま

手作りの道具で遊ぶボーリングなど、いろんなニュースポーツで身体を動かし、みんなで楽しく健康増進しましょう。温かい飲み物等ご用意して待っています♪

(体調の悪い方はご遠慮ください)

〈日時〉2月12日(月) 9時30分～12時

〈場所〉富山公民館2階 第1・2講座室

〈対象〉地域にお住まいの方ならどなたでも

〈定員〉先着30名 〈参加費〉無料

〈申込み〉1月30日(火)までに富山公民館まで



主催：NPO 法人オカヤマビューティサミット

1日喫茶「結」

(岡山市社会福祉協議会 切山基金活用)

未来につながる居場所「結」で、地域にお住まいの皆さんを対象に、お弁当とクッキーの無料配布を行います。下の二次元コードからご予約の上、お気軽にお立ち寄りください。

〈日時〉1月18日(木) 11時30分～13時

〈個数〉25食 〈費用〉無料

〈問合せ先〉未来につながる居場所 結 yui

岡山市中区湊467-5 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。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。

1月は富山公民館で実施します。 ※要予約

〈日時〉1月18日(木) 13時30分～15時30分

〈場所〉富山公民館 1階 研修室(和室)

〈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 富山ふれあいひろば

「さんさん育児相談」が富山公民館で実施されない月の第3木曜日13時30分～15時30分、富山学区愛育委員会の皆さんが開催します。手遊びなどお子さんとのふれあい遊びや、お母さん同士の交流をしましょう。

〈対象〉就園前のお子さんとお母さん 〈参加費〉無料

〈場所〉富山公民館 1階 研修室(和室) 〈申込み〉不要

〈次回開催日〉2月15日(木)13時30分～15時30分

富山ぞうさんクラブ

就園前の子どもたちを自由に遊ばせながら、お母さんたちが育児の悩みを話し合ったり、情報交換をしたりします。



〈日時〉1月16日(火)、2月6日(火)、20日(火)

10時～11時30分 ※原則毎月第1・3火曜日に活動

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します。絵本やお話の楽しさを味わいましょう。

〈日時〉1月19日(金)15時30分～16時30分

〈場所〉富山公民館 1階 研修室(和室)

かえで文庫

山崎にお住まいの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をします。子育て相談にも応じます。

〈日時〉1月18日(木)10時～12時

〈場所〉菅田さん宅(中区山崎) 〈申込〉3日前までに菅田さんまで

〈申込・問合せ先〉菅田 桂子さん TEL 086-276-1357



※記事に ㊦ の印がある講座は「とことん富山スタンプラリー」の対象講座です。スタンプカードを持ってきてね！スタンプカードの台紙は富山公民館でお渡しします。