

### 主催講座案内

#### 赤ちゃんスマイル はじめの一步

【日時】7月19日(土) 10:00~11:30  
 【内容】子育ての情報交換、読み聞かせ、中学生とのふれあいなど  
 【持ち物】飲み物、バスタオル等  
 【対象】1歳の誕生日を迎えるまでのお子さんとその保護者 ※1歳になった後も、年度内は参加可能です。  
 【定員】5組 【申込】公民館窓口または電話にて受付



#### ボランティアスタッフ募集

「赤ちゃんスマイル はじめの一步」で読み聞かせやわらべ歌をしていただける方を募集しています。子どもが好きな方、子育てが落ち着いた方、大歓迎です★お気軽に御南西公民館までご連絡ください。

#### 親子ふれあい教室 A・B [全8回実施中]

音楽に合わせて歌ったり、運動や工作など、**数組空きあり** 毎回楽しい内容が盛りだくさんです♪

【日時】A: 7月 4日(金) 他5回(基本は第1金曜)  
 B: 7月18日(金) 他5回(基本は第3金曜)  
 時間は全て10:00~11:30

【講師】井上 麗子さん  
 (日本レクリエーション協会公認レクコーディネーター)  
 【対象・定員】就園前の親子 各15組  
 【持ち物】上履きまたは体育館シューズ(裸足でもOK)、はさみ、のり、セロテープ、クレヨン、敷き物、除菌シート  
 【受講料】無料  
 【申込】公民館窓口または電話にて



#### 戦後80年! 「平和」って大事だね♡

~広島原爆の紙芝居と体験冊子の朗読&折りづるを作っ  
 て公民館にかざろう~

岡山「被爆2世・3世の会」の栢菅勢津子さんによる紙芝居や、地域の方の被爆体験冊子の朗読を聞いて平和の大切さや尊さを学んだ後、参加者全員で平和を願いながら、折り鶴かざりを作ります。

【日時】7月29日(火) 10:00~12:00  
 【持ち物】お茶・タオル・筆記用具  
 【定員・対象】小学3年生以上 20名  
 (保護者・中高生も参加できます)  
 【申込】公民館窓口または電話にて受付



#### おとうさんの子育て応援講座

**おとうさん、出番ですよ!** [全7回実施中]  
 身体を使った遊びや絵本の読み聞かせ、遠足等、親子で楽しくふれあいませんか。  
**数組空きあり**  
 ③ 7月13日(日)「ダンボール遊び」  
 ④ 9月14日(日)「プレーリーダー マッキーのお話&室内遊び」  
 ⑤ 10月12日(日)「ひらた旭川荘で外遊びをしよう」  
 ⑥ 11月 9日(日)「クリスマス会の準備とお好み焼き&たこ焼きパーティー」  
 ⑦ 12月14日(日)「みんなで楽しむクリスマス会☆」  
 いずれも 10:00~12:00

【対象】生後10ヶ月~就学前の子どもと父親  
 【定員】15組  
 【材料代】1家族500円(7回分前納)  
 【申込】材料代を添えて公民館窓口にて受付



共催: 暮らしのたね / 協力: 社会福祉法人 南野育成園

#### 子育て座談会~発達障害を考えよう~

子育て孫育てで気になることや発達障害について、お喋りや情報交換をしませんか。ホッとできるひとときを一緒に。  
 【日時】7月15日(火) 10:00~12:00  
 【対象】発達障害に関心のある方  
 【定員】15名  
 【申込】公民館窓口または電話にて受付



#### わくわく文庫

【日時】7月14日(月) 10:00~11:30  
 【内容】季節のわらべ歌、読み聞かせ、工作など  
 【年会費】子ども1人につき100円  
**いずれも 申込不要**



#### みなんにし親子ひろば

【日時】7月28日(月)、8月7日(木)  
 いずれも 10:00~11:30  
 【内容】親子のふれあいやあそび、情報交換など  
 【対象】2才の誕生日を迎えるまでのお子さんと保護者  
 ※下に弟・妹がいる場合は、2才以上のお子さんも参加可能です。



#### 健康みなんにし21主催

#### みなんにしディスコンの会

ディスコンはどなたでも気軽に楽しむことができるスポーツです。あなたも一緒に楽しみませんか!

【日時】7月28日(月)、8月25日(月)  
 いずれも 13:00~15:00  
 【定員】20人 【対象】どなたでも  
 【持ち物】上履き、タオル、お茶  
 【申込】公民館窓口または電話にて受付



#### 御南西ふれあい元気教室

【日程】7月22日(火) 10:00~12:00  
 「深掘り! お口の体操で健康生活」  
 8月26日(火) 10:00~12:00  
 「楽しく学ぼう! 今から備える災害時の食事」  
 【対象】おおむね65歳以上の岡山市民  
 【準備物】運動できる服装、お茶等  
 【申込】不要



#### 健康みなんにし21主催

#### 21元気教室

「いつまでも笑顔で! いつまでも元気で!」  
 OKAYAMA 市民体操や脳トレなど行います。  
 【日時】7月 1日、8日、15日、29日  
 8月 5日、19日  
 全て火曜日 13:00~15:00  
 【内容】OKAYAMA 市民体操、あつ晴れ! もも太郎体操 脳トレ 他  
 【対象】おおむね65歳以上 【持ち物】水筒  
 【服装】運動できる靴、動きやすい服装  
 【申込】公民館窓口または電話にて受付



#### じよぼら会のパソコン教室

**パソコン相談室**  
 【日時】7月 5日、12日、19日、26日  
 8月 2日、9日、23日、30日  
 いずれも土曜日 13:00~14:30  
 【内容】パソコン、スマホの初歩  
 【受講料】無料  
 【申込】ご来館時に受付票にご記入ください。



#### 託児ボランティアグループ「りんごの会」親子講座

#### みんなでいっしょに楽しもう! [全6回実施中]

「りんごの会」は地域の親子を応援するグループです。季節の遊びや、折紙、工作などで一緒に遊びませんか。

②7月3日(木)「星に願いを★七夕会」  
 ③9月4日(木)「リトミックを楽しもう」  
 ④10月2日(木)「ミニ運動会 &おなかのなかをのぞいてみよう」  
 ⑤12月4日(木)「クリスマス会」  
 ⑥1月15日(木)「レクリエーションを楽しもう」  
 いずれも 10:00~11:30

数組空きあり



【対象・定員】就園前の親子・12組  
 【材料代】親子1組500円初回到集金  
 【申込】公民館窓口または電話にて受付

#### 健康みなんにし21主催

#### 元気でステキな“みなんにし”健康講座

健康レベルアップをめざしましょう。  
 ① 7月11日(金)「オリエンテーション &脳トレ体験」  
 ② 8月29日(金)「高血圧予防のための食事について」  
 いずれも 10:00~11:30  
 ※以後の予定は公民館にあるチラシをご覧ください。  
 【対象・定員】一般・40人 【受講料】無料  
 【申込】公民館窓口または電話にて受付



#### みんなで用水路の清掃活動 ~海ごみを無くすために私達にできること~

5月31日に「海ごみを無くすために私達にできること」の講座の一環で、地域の用水路を清掃しました。当日は地域の方と中学生25名を含む38名が参加し、用水路のごみを37.4kg回収しました。後半は室内で、海ごみに関するワークショップを行いました。

今回の活動を通して、ごみの多さに驚いたという感想や、海ごみはポイ捨て以外のものもあることに気づいたという感想などがありました。この講座を通して、身近な環境について、考えるきっかけになればと思います。



回収した物の中には、ペットボトルや缶のほかにも、自転車などもありました。