

主催講座案内

赤ちゃん

とスマイル

はじめの一步

【日 時】7月18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◆

講座中の子どもの見守り・わらべうた・絵本の読み聞かせなど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★御南西公民館までお気軽にご連絡ください。

親子ふれあい教室

【全8回実施中】

数組空きあり

音楽に合わせて歌ったり、運動や工作をしたり毎回楽しい内容が盛りだくさんです♪

【日 時】7月17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

「平和」って大事だね♡~広島原爆のビデオ

「しんちゃんのさんりんしゃ」鑑賞と体験冊子や絵本の朗読~

【日 時】8月4日(火)10:00~11:30

【持ち物】お茶・タオル・筆記用具

【定員・対象】小学生以上 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

高校生・大学生の皆さん、夏休みの公民館講座でボランティアをしてみませんか？

ご興味のある方は、御南西公民館までお問い合わせください。(電話244-1855)

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】

数組空きあり

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。

③ 7月12日(日)「ダイナミックにお絵かきをしよう」

④ 9月13日(日)「災害が起きた時、大丈夫?」

⑤ 10月18日(日)「土手をさんぽしていきものを見つけよう」

いずれも 10:00~12:00

※以後の予定は公民館にあるチラシをご覧ください。

【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(全7回分前納)

【申 込】材料代を添えて公民館窓口にて受付

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。

② 7月2日(木)「七夕会&動くおもちゃを作ろう」

③ 9月3日(木)「リトミックを楽しもう」

④ 10月1日(木)「ミニ運動会&シャボン玉」

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】就園前の親子・12組

【材料代】7月・12月は材料代100円集金

【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13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

【定 員】15組

【対 象】就園前の親子・12組

【材料代】7月・12月は材料代100円集金

【申 込】公民館窓口または電話にて受付

みんなにし親子ひろば

【日 時】7月27日(月)、8月6日(木)

いずれも10:00~11:30

【内 容】親子のふれあいあそび、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。

共催:御南中学校区地域支え合い活動実行委員会

協力:社会福祉法人 南野育成園

子どもの育ちを考えよう

~多様な子どもの育ちを支えるために~

子育てのお話や情報交換をしてみませんか。

【日 時】7月9日(木)10:00~12:00 (8月休講)

【対 象】発達特性のあるお子さんの子育てをされている方や関心のある方

【定 員】15名

【申 込】公民館窓口または電話にて受付

健康みんなにし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7日、14日、21日
8月4日、18日
全て火曜日 13:00~15:00

【内 容】OKAYAMA 市民体操、あっ晴れ!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

健康みんなにし21主催

元気でステキな“みんなにし”健康講座

健康力レベルアップをめざしましょう。

① 7月17日(金)「オリエンテーション &フレイル予防・脳トレ体験」

② 9月14日(月)「野菜を1日350g摂取できる 献立を考えよう(仮)」

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

健康みんなにし21主催

みんな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27日(月)、8月24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28日(火)10:00~12:00
「おうちでできる!らくらくゴムチューブ体操」
8月25日(火)10:00~12:00
「歯周病からお口を守る!」

【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

歴史塾・御南西

【全7回】

岡山の地域の歴史を知り、良さを伝えませんか?

③ 7月24日(金)「吉備津彦命の真実」

④ 8月28日(金)
「弥生時代(上東、川入その周辺の遺跡)について」

いずれも10:00~12:00

【申 込】必要

※以後の予定は公民館にあるチラシをご覧ください。

じよぼら会のパソコン教室

パソコン相談室

【日 時】7月4日、11日、18日、25日
8月1日、8日、22日、29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。

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23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30名が参加し、用水路のごみを約20kg回収しました。最後に室内で、海ごみと私達の暮らしのつながりについて講話を聴きました。

今回の活動を通して、ごみの多さ、特にペットボトルの多さに驚いたという感想や、海ごみが生物に与える影響を知ってボイ捨てをしないようにしたいといった感想がありました。この講座を通じて、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。

回収されたごみの中にはペットボトルが多く、他にも自転車のかごやシートなどがありました。