

瀬戸公民館だより

No.186 令和8年(2026) 10月1日号

見て！聞いて！体験して！みんなが主役の2日間！

瀬戸町公民館まつり〈瀬戸会場〉

瀬戸・万富で活動するクラブ・団体が大集合！舞台発表や作品展示・体験・販売コーナー、キッチンカーもやってくる！

11/7(土) 10:00～16:00

11/8(日) 10:00～15:00

会場：岡山市立瀬戸公民館

※ 詳細内容は、専用チラシをご覧ください。
「瀬戸町公民館まつり(瀬戸会場)」と検索すると、
専用ページをご覧ください。



食品ロス削減講座

「旬の食材をまるごと使い切る!(秋編)」

～「捨てる部分」を「そこが一番美味しい」にしてみませんか～

秋の旬の食材を使って、食材を丸ごと調理する実習と、
鮮度を保つ工夫、冷凍技術の上手な使い方を学びませんか？

10/3(土) 10:00～13:00 | 定員：高校生以上 15名

講師：岡山友の会のみなさん

料金：1名500円(材料代) ※ 9/29(火)以降は返金不可

持ち物：筆記用具、エプロン、三角巾 | 申込：受付中 来館・電話

瀬戸いきいき教室

毎月介護予防教室

申込不要

10/16(金) 10:00～12:00 | 参加無料

内容：「しゃがむのがつらい「膝痛」対処法教えます！」

11/20(金) 10:00～12:00 | 参加無料

内容：「脳スッキリ！音楽療法

外部講師：音楽療法士(補) 高野 紗代子 先生」

詳細は 岡山市ふれあい介護予防センター へ (086-274-5211)

「化粧のちから」で、いつまでも元気に、楽しく、美しく！

化粧療法いきいきセミナー

【化粧療法 とは】

スキンケアやメイクなどの化粧を通じて心身の健康と生活の質を高め、
前向きな気持ちや自信を引き出す療法です！

10/16(金) 14:00～15:00 | 定員：先着20名 ※ 要予約

講師：資生堂ジャパン株式会社 化粧療法セラピスト

参加無料 | 持ち物：ヘアブラシ(くし) | 申込：受付中 来館・電話

あっ晴れ！
もも太郎体操

10/23(金)・11/13(金)・11/27(金)

10:00～ 1F ロビー 申込不要・参加自由

公民館トライアルデー

10/31(土) 10:00～17:00 【第1研修室】

11/28(土) 10:00～12:00 【第1研修室】

楽器・ダンス等で練習利用できる無料開放日！

無料相談会

ひまわり福祉相談センター 10/20(火) 13:00～16:00

【発行】岡山市立瀬戸公民館

〒709-0861

岡山市東区瀬戸町瀬戸54-1

TEL: 086-952-4146

FAX: 086-952-4163

setokoumin@city.okayama.jp

ホームページ



Instagram



@SETO.KOUMINKAN_OY

郷土の歴史・文化の魅力を知る

戦国時代を駆け抜けた 宇喜多直家・秀家親子に迫る

～ 宇喜多家の隆興と没落 第2弾 ～

10/17(土) 10:00～12:00 | 参加無料

講師：片岡 学(瀬戸内市教育委員会 市民図書館 参事)

定員：先着45名 ※ 要予約 | 申込：受付中 来館・電話

つながり隊 共催 つながり*カフェ

福祉事業所の菓子・パン・野菜等の販売！

10/20(火)・11/17(火) 9:30～12:00

発達障害者・発達障害児を支えるみんなの みら★くる

10/20(火)・11/17(火) 10:00～12:00

お茶代 1人50円(当日集金) | 申込：受付中 来館・電話

瀬戸南高校生による

チューリップ球根入り寄せ植え講座

10/22(木) 11:00～12:00 | 定員：20名

集合場所：瀬戸南高校 駐車場 | 材料代：1,000円

申込：受付中 来館のみ ※ 材料代を添えて申込ください

★ 草花苗(パンジー・ビオラなど)、寄せ植えも購入いただけます

ムービーシアター SETO 2026

10/30(金) 13:30～15:30 | 入場無料

作品：「紅い襷 ～富岡製糸場物語～」(2017年 日本映画)

最高技術の証「紅い襷」の一等工女を目指し、不安や葛藤を乗り越えながら
故郷のためにひたむきに糸を引き続けた少女たちの感動歴史ドラマ。

地域応援人づくり講座 玉手箱ウォーキング

秀吉の奇策「備中高松城水攻め」跡地周辺を歩きます。

11/21(土) 8:15～11:30 | 定員：20名 | 参加無料

交通費実費(瀬戸駅 → 備中高松駅 片道510円)

集合：瀬戸公民館 駐車場 | 申込：10/24(土) 10:00～ 来館のみ

LIVE SETO 2026 出演：TRIAD (トライアド)

アリスなどのフォークソングや歌謡曲をバンド演奏でお届けします。

あの頃を思い出しながら、みんなで歌って元気になりましょう！

11/22(日) 開場 12:30 開演 13:00 終演予定 16:00

会場：大研修室(ホール) | 入場無料

せと川柳の会 《お知らせ》

「まつり」をテーマにした川柳を募集中！

【期間】10/13(火)まで 【応募先】瀬戸公民館 1Fロビー 応募箱

公民館まつりで 優秀作 5点を発表・展示！【粗品贈呈】

※ 粗品は公民館まつり期間中に必ずお受け取りください

【10月休館日】毎週水曜日・10/12(月・祝)

～裏面の「万富公民館だより」もご覧ください～