

福田公民館だより

第241号 2026.5.1
発行 岡山市立福田公民館
所在地 〒701-0203
岡山市南区古新田 1186
TEL・FAX(086)282-3773



アドレス入力は下の2次元コードを使うと便利だよ!

- * ホームページアドレス
<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011030.html>
- * Eメールアドレス
fukudakouminkan@city.okayama.jp

ご来館の皆様へのお願い (公民館のご利用に際して、次のことにご理解とご協力をお願いします。)

- ★申込みが必要な主催講座は、必ず事前に申し込んでください。申込みがない場合、当日のご参加をお断りすることがあります。また、FAX、Eメールでの申込みは、館からの受付完了通知がない限り無効です。併せて、休館日に郵便受けに申込書を投函された場合は先着順等の公平性を欠くことから受理できません。
- ★講師及び主催者の許可がない場合、講座の録画・録音・撮影は禁止します。
- ★ウォータースタンドを設置しておりますので、ご利用ください。(水筒、マイカップ持参でお願いします。)



福田公民館
ホームページ



福田公民館
フェイスブック



福田公民館
Eメール

主催講座など

【主催】福田学区愛育委員会 【共催】福田公民館
子育てひろば わらべ

前半はおやこで楽しめる時間、後半は子どもと遊ぶ、子育てアドバイスを受ける等の「ゆったりタイム」です。

【日時・内容・講師】

- ◆ 5/21(木) 10:00~11:30
「セルフリンパマッサージ&ストレッチ」
【講師】フリーインストラクター
楠木 恵里奈 氏
- ◆ 6/18(木) 10:00~11:30
「虫歯予防とおやつ」
【講師】福田学区栄養改善協議会
・岡山市西保健センター



各回共通

- 【対象】乳幼児とその保護者
- 【定員】15組(先着順)
- 【参加費】無料
- 【持ち物】水分補給用飲み物
- 【会場】1階 実技室
- 【申込み】



5月分…公民館窓口又は電話で受付中
6月分…5/21(木)9:30~公民館窓口
又は電話で受付開始。

大人のための名画鑑賞会

家の外に出るきっかけづくりとして、公民館で映画を楽しみませんか?

【日時・内容】

- ◆ 5/28(木) 10:00~12:15
「我が家の楽園」(1939年 アメリカ)
- ◆ 6/25(木) 10:00~11:45
「父ありき」(1942年 日本)

各回共通

- 【会場】2階 第1・2講座室
- 【参加費】無料
- 【定員】40名
- 【申込み】不要



【共催】すこやか福田

あっ晴れ! もも太郎体操

あっ晴れ! もも太郎体操など、生活機能の向上を目指す3つの体操を行っています。お気軽にお越しください。

【日時】毎月第1~4週 金曜日
12:00~12:36

【会場】1階 ロビー又は実技室
※ 5/29はお休みです。



健康市民おやかま21
推進キャラクター
「ももちゃん」

- ◆ 開館時間 平日及び土曜日 9:30 ~ 21:00 日曜日 9:30 ~ 17:00
- ◆ 休館日 水曜日・祝日(水曜日が祝日と重なる場合はその翌木曜日も休館日です。)
・年末年始(12/28~1/4)
- ※暴風警報・大雪警報・特別警報が発表された場合は通常業務を停止します。大雨警報の場合は通常業務です。

【共催】すこやか福田
福田学区愛育委員会
福田学区栄養改善協議会
福田学区の安心と安全をまもる会
岡山市ふれあい介護予防センター南事務所
岡山市南区西保健センター

健康バンザイ!

健康維持、介護予防につながる基礎知識を多角的に分かりやすく学び、自身の生活習慣を振り返りましょう。

【日時】

- ◆ 6/15(月) 9:30~12:00
【内容】「命を守る“水”見直そう! 水分補給」
フレイルチェックもあります
【講師】株式会社 明治 ご担当者、岡山市薬剤師会
- ◆ 7/6(月) 13:00~15:00
【内容】「睡眠と健康～睡眠から考える生活習慣～」
【講師】株式会社 COLLAB33 代表取締役
Green&Body/PILATES HOUSE/疲労回復ジム レゾナンス 代表
木村 泰久 氏
- ◆ 9/7(月) 10:00~12:00
【内容】「正しい身体の使い方」
【講師】株式会社 pep からだ工房 代表取締役
イス軸® 開発者 西山 創 氏
- ◆ 10/5(月) 13:30~15:30
【内容】「青果市場から発信したい野菜と果物の魅力」
【講師】株式会社 岡山丸果 営業推進部
課長 田中 理恵 氏
- ◆ 2/1(月) 10:00~12:00
【内容】「知って安心!～認知症予防のヒントと接し方のポイント～」
【講師】岡山市ふれあい介護予防センター 南事務所
介護福祉士 吉岡 明恵 氏
- ◆ 3/1(月) 10:00~12:00
【内容】「きこえとコミュニケーションについて」
【講師】川崎医療福祉大学 医療福祉学部 医療福祉学科 講師
リハビリテーション学部 言語聴覚療法学科 講師
川上 紀子 氏

各回共通

- 【会場】2階 第1・2講座室
- 【対象】おおむね65歳以上の岡山市民
- 【定員】先着45名(先着順)
- 【参加費】無料
- 【申込み】5/8(金)9:30~公民館窓口又は電話
で受付開始。
- 【持ち物】筆記用具、水分補給用飲み物
- 【その他】◎各回とも全員で「OKAYAMA!市民体操」
をします。
◎原則、全回に出席することを前提に受け
ます。その都度の受付は予定していません。
◎全回出席者には皆勤賞を贈ります。

【共催】傾聴ボランティア「福のみみ」

サロン笑福

前半は、工作や体操など、毎回楽しい企画をご用意しています。後半は、おしゃべりをしながらコーヒータイムをお楽しみください。

【日時・内容】

- ◆ 5/9(土) 10:00~11:30
・前半…「転ばない身体づくり～座ってできる
筋トレと熱中症予防～」
【講師】健康運動指導士 前川 真治 氏
・後半…コーヒータイム
- ◆ 6/13(土) 10:00~11:30
・前半…「初夏の飾り(七夕)づくり」
【講師】尾関 順子 氏
・後半…コーヒータイム

各回共通

- 【対象】おおむね60歳以上の方
- 【定員】20名(先着順)
- 【参加費】無料 【会場】2階 第1・2講座室
- 【申込み】5月分…公民館窓口又は電話で受付中
6月分…5/9(土)9:30から公民館
窓口又は電話で受付開始。
毎回申込が必要です。



おはなしいっぱい

おはなしいっぱいスペシャル

各回、絵本の読み聞かせや工作があります。

【日時・内容】

- ◆ 5/16(土) 10:00~11:00
「空ははれ、野原には花がいっぱい!」
- ◆ 6/20(土) 10:00~11:00
「あつい夏がきた! 生き物たちの夏」

各回共通

- 【会場】1階 実技室
- 【対象】どなたでも(工作ができない子は保護者同伴で)
- 【参加費】無料
- 【申込み】公民館窓口又は電話で随時受付

おはなしいっぱい

各回、ロビーで絵本の読み聞かせをします。

- 【日時】5/23(土)、6/27(土)
いずれも10:30~11:00

各回共通

- 【会場】1階 ロビー 【対象】どなたでも
- 【参加費】無料 【申込み】不要



「福田公民館だより」は各町内会・地域団体のご協力により、皆さまのもとへ配付していただいております。いつもありがとうございます。☆☆☆ 次回の福田公民館だよりは、7月1日発行予定です ☆☆☆

【主催】すこやか福田

ええとこ発見！すこやかウォーク

今回初登場のコースです。

新しいコースをみんなで歩きながら、新たな福田学区の魅力を発見をしましょう♪

【日時】5/29(金) 受付 9:30～出発 10:00

終了次第解散

【集合場所】三社宮(公民館ではありません)

【コース】大福南コース(約5km) **小雨決行・雨天中止**

【参加費】無料

【持ち物】タオル、水分補給用飲み物等

【申込み】公民館窓口又は電話にて受付。

※ 詳しくは公民館にあるチラシをご覧ください。



【主催】おむすび

子ども食堂 おむすび

【日時】5/24(日)、6/28(日) 10:30～

【会場】2階 第1・2講座室

【対象】どなたでも

【定員】5月…50名、6月…50名(いずれも先着順)

【参加費】300円(中学生以下は無料)

【メニュー】**食物アレルギー対応はしていません。**

メニューをよく確認し、お申込みください。

・5月…ビビンバ、春雨スープ、デザート

・6月…カレー、サラダ、パフェ

【申込み】いずれも**定員になり次第受付終了**。

・5月分…5/9(土)9:30から受付開始。

・6月分…6/13(土)9:30から受付開始。

※ チラシ下の申込書に記入し、福田公民館窓口へ提出してください。**電話での申込み不可**。

【問合せ】吉田さん(携帯)090-7896-3615

【共催】岡山市ふれあい介護予防センター

ふくだ健康 UP 講座

いつまでも若々しく元気でいたい！そんな方に医療・福祉の専門職が健康づくりのヒントをお伝えします。

【日時・内容】

◆ 5/19(火) 13:30～15:30

「今日から始める転倒予防」

◆ 6/16(火) 13:30～15:30

「深掘り！お口の体操で健康生活」



各回共通

【会場】1階 実技室

【対象】おおむね65歳以上の岡山市民

【参加費】無料 【定員】42名(先着順)

【申込み】・5月分…4/22(水)から

・6月分…5/20(水)から

岡山市ふれあい介護予防センター南事務所
(086-230-0315)へ電話で申込み。公民館での受付はしていませんのでご注意ください。

【持ち物】筆記用具、上履きと靴袋(なるべく)、水分補給用飲み物

■ 予約が必要となりました。■ 運動のしやすい服装でお越しください。■ 内容についてのお問合せは、岡山市ふれあい介護予防センター南事務所(電話(086)230-0315)まで。

受付時間…8:30～17:00

(土・日・祝日を除く)

各種相談**行政相談**

総務省

【日時】5/21、6/18(毎月第3木曜日)

13:00～15:00

【申込み】不要

なやみごと相談

岡山地方法務局人権擁護課

【日時】5/14(木) 13:00～15:00

【申込み】不要

ロビー展**民生委員児童委員の日パネル展**

福田地区民生委員児童委員協議会

岡山県済世顧問制度設置規程が公布されたことに由来し、毎年5月12日が「民生委員・児童委員の日」に制定されています。

民生委員・児童委員の取り組みを知り、理解を深める機会としてお越しください。

5/7(木)～5/12(火)

📖 **図書・雑誌の貸出と返却について** 岡山市立図書館の図書をインターネット予約受取できます。📖

【貸出】図書コーナーの図書:5冊まで+予約した図書・雑誌は5冊とは別に借りられます。貸出期間:2週間

【返却】借りた公民館での返却をお願いします。岡山市立図書館から取り寄せられた本は岡山市立図書館とふれあいセンターへはお返しいただくことができます。図書業務終了時間は、公民館閉館時間の30分前ですのでご了承ください。

山野草ロビー展

福田公民館 山野草クラブ

福田公民館クラブ講座の、山野草クラブ木曜と、山野草クラブ金曜の講座生の作品をご覧ください。

【日時】5/21(木)午後～5/24(日)16:00

※ クラブ講座生募集中！（見学はお気軽に♪）

【活動日】山野草木曜…偶数月第3木曜日

13:30～16:30

山野草金曜…偶数月第3金曜日

13:30～16:30



お知らせ

令和8年度福田公民館まつり 第1回実行委員会

【日時】5/30(土)13:30～15:30

【対象者】 令和8年度クラブ講座代表者
もしくは、その代理人（必ず各クラブ
講座から1人出席してください。）

【場所】2階 第1・2講座室

料理講座室整理・清掃

【日時】5/12(火)10:00～12:00(終了次第解散)

【対象者】 料理講座室を利用している4クラブ
講座(各2人)及び各種団体の関係者

【場所】2階 料理講座室

【作業内容】調理器具等の点検・整理・清掃

【持ち物】ゴム手袋、ふきんなど各自必要なもの

職員が変わりました

福田公民館

退任のご挨拶 館長 江口 峰男

もとおーらん館長でしたが、3年間、大変お世話になり、ありがとうございました。お礼を申し上げます。さて、福田公民館に行ってみたくなり、そして知人を誘ってみたくなりました。中には、公民館活動に協力してみたくなりました。公民館デビューおめでとうございます。皆さんにとって、おらが福田公民館を今後ともよろしくお願いいたします。

異動のご挨拶 主任 細川 由起

1年間、大変お世話になりました。地域をもっと知り、地域の皆様と一緒に挑戦したかったこともありましたが、それは次の勤務地での宿題にしたいと思っております。末筆となりましたが、地域のさらなるご発展と皆様のご健康・ご多幸をお祈りいたします。ありがとうございました。

退任のご挨拶 夜間事務 長瀬 孝之

7年間皆さまには大変お世話になりました。色々な地域の活動も勉強させていただきました。皆さまのご健康とますますのご活躍をお祈りいたします。

着任のご挨拶 館長 高橋 伸二

このたび探南公民館からやってまいりました高橋と申します。とにかく明るく楽しい公民館をめざしてがんばりたいと思います。皆さまよろしくお祈り申し上げます。

着任のご挨拶 主任 小谷 文子

4月に着任しました小谷（おだに）と申します。不慣れなことが多く、何かとご迷惑をおかけすることがあるかと存じますが、どうぞよろしくお願いいたします。

着任のご挨拶 夜間事務 小橋 茂男

岡南公民館から異動してきました。当館の雰囲気・段取りなどに早く慣れて皆様のお手伝いができるようにするとともに、一緒に学んでいこうと思っております。よろしくお願いいたします。

福田地域センター

異動のご挨拶 センター長 山川 純一

二度目の福田勤務となったこの三年間、地域の皆様に支えられて充実した日々を過ごすことができました。今回、東区役所へ転動しましたが、皆様への深い感謝を胸に刻み、これからも地域の（自称）「応援団」として、時々「来ちゃった」するつもりです。三十八年間の市役所生活で、福田は私の心の「故郷」と呼べる場所になりました。本当にありがとうございました。

異動のご挨拶 所長補佐 松山 佳美

本人もびっくりの1年という短い期間でしたが、大変お世話になりました。初めての地域センター勤めということで、何もかもわからず皆さんにご迷惑をおかけしましたが、地域の皆さんが優しくサポートしてくれたので、なんとかやっていけました。みんなで協力し合おうという雰囲気が福田学区の素晴らしい所だと思います。本当にありがとうございました！！

異動のご挨拶 主査 百本 博次

日頃より、福田地域センターをご利用いただきありがとうございます。私事ですが、この度の人事異動で東区へ異動になりました。5年間たいへんお世話になりました。ありがとうございました。今後とも福田地域センターをよろしくお願いいたします。

着任のご挨拶 センター長 家城 留美

福田地域センター長に着任しました家城（いえき）です。3月までは教育委員会生涯学習課で公民館に関する仕事にも携わっておりました。地域センターの仕事は初めての経験ですが、精一杯頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

着任のご挨拶 所長補佐 細川 武人

先月まで3年間、環境局当新田事業所にて事務所管理の業務を担当しておりました。これまでの経験を活かし、できる限り早くお役に立ちたい所存です。至らぬ点もあるかと思いますが、ご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願いいたします。

着任のご挨拶 主査 沼田 真由

福田地域センター勤務も5年目を迎えました。日頃のご理解とご協力に、感謝申し上げます。今後も地域のつながりを大切に、皆様に親しまれるような場づくりに努めてまいります。引き続きよろしくお願いいたします。

5月・6月の公民館休館日【下線:祝日】

5月の休館日 3日、4日、5日、6日、13日、20日、27日 6月の休館日 3日、10日、17日、24日