

主催講座案内

赤ちゃんとスマイルはじめの一歩



【日 時】1月17日(土)、2月21日(土)
いずれも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

【定 員】5組 【申 込】公民館窓口または電話にて受付

【対 象】1歳の誕生日を迎えるまで

※1歳になった後も、年度内は参加可能です。

◆ボランティアスタッフ募集◆

「赤ちゃんとスマイルはじめの一歩」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。

みんなでいっしょに楽しもう

地域のボランティアの皆さんと一緒に“子育て”を楽しみませんか?

【日 時】1月15日(木) 10:00~11:30

「レクリエーションを楽しもう」

※作って遊べるおもちゃを作ります。

【対 象】就園前の子どもとその保護者

【定 員】親子12組 (先着順)

【材 料代】100円

【申 込】公民館窓口または電話にて受付

わくわく文庫

【日 時】1月19日(月)、2月9日(月)

いずれも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人につき年間100円



いずれも
申込不要

みんなにし親子ひろば

【日 時】1月26日(月)、2月16日(月)

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。



ESD事業

海ごみを無くすために私達にできること

身近な用水と瀬戸内海をつなぐ笹ヶ瀬川のごみ問題について、若者とともに学び、川ごみを回収する活動をしませんか?

【日 時】1月31日(土) 9:00~12:00

※8:50集合

※雨天の場合は館内で環境の話を聞きます。



【内 容】・用水路のごみ回収・分別調査

・講話「身近な暮らしと海ごみのつながり」

【対象・定員】小学生以上の方 50人 【受講料】無料

【持ち物・服装】飲み物、タオル、動きやすい服装・靴

【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】1月17日、24日、31日

2月 7日、21日、28日

いずれも土曜日13:00~14:30

※1月10日・2月14日はお休みです。

【受講料】無料 【場所】2階 料理講座室(1・2月のみ)

【申 込】不要。ご来館時に受付票にご記入ください。



御南西ふれあい元気教室

【日 時】1月27日(火) 10:00~12:00

「みんなの知りたい!こころを元氣にする方法」

2月24日(火) 10:00~12:00

「知ろう!学ぼう!シニアにあった食べる順番」

【場 所】1階 実技室(1・2月のみ)

【講 師】岡山市ふれあい介護予防センター職員

【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、お茶等水分補給できるもの、上履き

【受講料】無料 【申 込】不要

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】1月26日(月)、2月9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



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】1月6日(火) 13:00~15:00

※1月6日以外の1~2月は工事のためお休みします。

【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



御南小学校2年生 公民館見学

10月21日(火)に御南小学校2年生の皆さん

が御南西公民館の見学に

きました。館内の各部屋の見学や公

民館クイズを通して公民館の施設や

役割を楽しく学習しました。



西小学校図画工作作品展が開催されました

11月22日(土)~12月5日(金)の

期間に公民館ロビーで西小学校児童の

作品が展示され、多数の方にご覧

いただきました。



コミュニティフリッジのおれ

募集期間にお持ちいただいた食料品や日用品を11月21日に北長瀬コミュニティフリッジにお届けしました。

ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。