

# しおかぜ

第338号 2026. 4. 1

発行：岡山市立光南台公民館

〒702-8014 岡山市南区宮浦 1324

電話番号&amp;FAX(086)267-1255

Eメール kounandai\_k@city.okayama.jp



## 主催講座のご案内

### 野菜・花づくり教室

近所の人とのつながりを広げよう

身近な家の花壇やプランターで野菜や花を育てることは安全なものを収穫するだけでなく、庭先に咲いた花を囲んでおしゃべりして、近所の方とのつながりを築ききっかけになります。家庭菜園や花壇の基本を学んでコミュニケーションの輪を広げましょう。

今年度から講師の先生が代わります。

【日時】 年4回の予定〔第4金曜日〕

第1回 4/24(金) 10:00~12:00

第2回 6/26(金) 10:00~12:00

※第3回・第4回の日時は未定です。

【講師】 いしむら 石邨 英明さん  
(元農業普及指導員)

【定員】 20名 【参加費】 無料

参加費無料・申込み必要



### 光南台キネマ

月に1本、時代を超えて輝く名画を、皆さんと一緒に鑑賞しましょう。

4月は…『くちづけ』(2013・日・カラー・123分)

【日時】 4/18(土) 9:30~11:40

監督：堤 幸彦 出演者：貫地谷 しほり、竹中 直人 他  
知的障害のため、心は7歳児のままの女性マコは、元人気漫画家の父親いっぽんに連れられ、知的障害者の自立支援グループホーム「ひまわり荘」にやってくる。無邪気で陽気な住人たちに囲まれ、のびのびと日々を送るマコは、そこで出会った男性うーやんにも心を開いていく。ようやく見つけた理想の場所で娘が幸せになれば、いっぽんも漫画家として復帰できるかと思われたが、やがてひまわり荘の一同に厳しい運命が…。

5月は…『劇場版 深夜食堂』

(2015・日・カラー・119分)

【日時】 5/16(土) 9:30~11:35

参加費無料・申込み必要

### 光南台実年大学

「豊臣秀長って、何者？」

まだ間に合う大河ドラマ～豊臣兄弟の真実～

【日時】 4/21(火) 10:15~11:45

【講師】 瀬戸内市民図書館  
片岡 学さん



高齢者の火災予防と予防救急&  
消防音楽隊 カラーガード隊のミニコンサート

【日時】 5/19(火) 10:15~11:45

【講師】 岡山市消防局  
消防音楽隊のみなさん

【定員】 各回先着40名

参加費無料・申込み必要

### みんな楽笑！光南台元気塾

岡山市ふれあい介護予防センターと共催で実施。

★4月は… 4/17(金)10:00~12:00

「フレイル予防で健やかな身体づくり」

フレイルとは、年齢とともに心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が低下した状態を「フレイル」と言います。年に一度のフレイル健康チェックで今の自分の状態を知り、健康づくりのきっかけにしませんか。ストレッチ体操や筋力トレーニングも一緒に行います。

★5月の予定…5/15(金) 10:00~12:00

「調理寿命を延ばそう！ミッチリおかずで元気百倍」

参加費無料・申込み不要

★光南台公民館ホームページ ※最新情報をご確認いただけます。

<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011066.html>

★光南台公民館Eメール

[kounandai\\_k@city.okayama.jp](mailto:kounandai_k@city.okayama.jp)

ホームページは→  
こちらから



Eメールは→  
こちらから



第210回 海辺のコンサート

『男声合唱団 コール・ロチェアーノ  
円熟の響き』

13年前に合唱を愛するシニアが集まった男声合唱団です。聴いて下さる皆様の心に響くハーモニーを心掛けています。

【日時】 4/26(日)14:00~15:00

【出演】 男声合唱団 コール・ロチェアーノ

【曲目】 柳河風俗詩より「柳河」「梅雨の晴れ間」、  
「寿限無の嘆き」「港が見える丘」  
「長崎の鐘」「海その愛」他

【定員】 先着40名

参加費無料・申し込み必要 (3/22から申し込み受付開始)

第211回 海辺のコンサート

『懐かしのフォーク & 歌謡曲で  
心やすまるひとときを』

男女のペアです。ギターやベース、キーボードなどの楽器を使い、二人の心地よいハーモニーも入れながら、懐かしい曲を中心に演奏活動をしています。

海辺のコンサートは初出演となります。来館して下さったみなさまに安らぎと癒しのひとときを過ごしていただけたら幸いです。

【日時】 5/24(日)14:00~15:00

【出演】 二枚貝 【定員】 先着40名

【曲目】 「愛燦燦」、「異邦人」、  
「あんたのバラード」他



参加費無料・申し込み必要 (4/26から申し込み受付開始)

令和8年4月から講座名が



『パソコン・スマホ教室』



に変更になります。

これまでのパソコン初心者を対象にした講座だけではなく、スマホ初心者を対象にした講座も始めます。(今年度のスマホ教室は8・11・2月に開催予定)

4月「パソコンでLINEを楽しもう！」

【日時】 4/13(月)・27(月)13:30~15:30

5月「パワーポイントを使ってイベントのチラシを作ってみよう！」

【日時】 5/11(月)・25(月)13:30~15:30

【定員】 各月先着10名

【参加費】 各月 400円(2回分)

テキスト代が別途必要な時があります。

【申込み】 事前に光南台公民館へ

※申込み時に、公民館にパソコンを持ち込まれるか、公民館のパソコンを使用されるかお知らせください。

林野火災のパネル展を開催しています

令和7年3月23日に発生し、486ヘクタールを焼失した林野火災から1年が経ちました。県内外から多数の消防隊が応援に駆けつけ、昼夜を問わず約20日間消火活動にあたった火災の記録をまとめた岡山市消防局のパネルを展示しております。ぜひ、お立ち寄りください。

令和8年4月29日(水) 第10回 カモメ朝市が開催されます

毎回好評の朝市が阿津ひだまりの里広場(南区阿津 2792)で朝8時~午後1時の予定で開催されます。

キッチンカーやブースなどの出店があり、毎回たくさんの来場がありますが、この朝市は今回で最後になります。みなさま、カモメ朝市に足をお運びください。

休館日

4月							5月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4						1	2
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30
							31						

★公民館は以下の場合、主催講座、クラブ講座、室貸与、図書貸出などの通常業務を見合わせます。  
①暴風警報、大雪警報、特別警報が発令された場合  
②中学校区に高齢者等避難(警戒レベル3)が発令された場合  
③警報発令以降に公民館へ自主避難があった場合

が休館日です。◆開館時間 9時30分~21時 日曜日は17時まで

★光南台公民館フェイスブック ※公民館で開催した事業・講座の様子等をご覧いただけます。

[https://m.facebook.com/profile.php?id=100057609663029&\\_rdr](https://m.facebook.com/profile.php?id=100057609663029&_rdr)

フェイスブック  
はこちらから→

