

しおかぜ

第333号 2025. 10. 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&FAX(086)267-1255

Eメール kounandai_k@city.okayama.jp



主催講座のご案内

光南台健康 21 の会 主催

ええとこ発見図活用ウォーキング

今回は「郡コース児島湾締切堤防他」を歩きます。深まる秋を感じながら、散策しませんか♪普段、車で通るだけでは気づかない発見があるかも。歩くことで健康増進と、地域の新たな魅力発見につなげましょう。

【日時】11/10(月) 10:00~11:30 受付 9:30~ ※雨天時は講座を中止します。

【集合】グリーンテラス町内会駐車場

【コース】駐車場→八幡若宮→金刀毘羅神宮→宗形神社→石碑(殉職者之碑他)
→昭和天皇御視察御製碑→児島湾干拓資料室→駐車場

【参加費】無料 【準備物】歩きやすい服装、飲み物

【定員】20名(先着順) 【申込み】11月6日(木)までに、公民館へ

【共催】南区南保健センター、南区南地域包括支援センター、
甲浦・小串学区愛育委員会、光南台公民館、 ※保険はかけておりません。



※OKAYAMA
ハレ活ポイント
付与対象講座です。

主催：光南台地区地域のつながりづくり実行委員会・光南台公民館

第5回 光南台地区多世代ふれあいイベント

光南台地区多世代ふれあいイベントは、多世代の交流や人と人とのつながりづくりをめざし、平成30年度にスタートしました。今年も実施します。ぜひご参加ください。

【日時】12/14(日)10:00~13:00

【内容】①ディスコンを楽しもう！

ディスコンは年齢や体力に関係なく、誰でも楽しめる岡山発祥のニュースポーツで、初めての方でも楽しめます。ディスクをポイントに近づけるようすべらせて、チームの得点を競います。

②地域の食材を使った料理を食べよう！

(カレー等)

【場所】光南台公民館

【対象】小学生から高齢者まで 【定員】60名
(子どもだけ、大人だけの参加もOK)

※参加費、申込期限は次回(11月号)の公民館だよりでお知らせします。



イベント当日の学生ボランティア募集

中学生～大学生の方で、多世代ふれあいイベント当日に協力してくださる方は公民館までご連絡ください。

内容：受付やディスコンの審判、昼食調理の協力等

★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.lg.jp

ホームページは→
こちらから



Eメールは→
こちらから



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。

10月は…『シャーロックホームズ/バスカヴィル家の犬』

(2014・英・カラー・100分)

【日時】10/18(土) 9:30~11:15

監督:デヴィッド・アットウッド

原作:アーサー・コナン・ドイル

出演:リチャード・ロクスバーク、イアン・ハート、
ジョン・ネトルズ他

魔犬伝説のある大富豪のバスカヴィル家で、当主チャールズ・バスカヴィル卿が殺害される事件が発生。表向きは心臓発作とされたが、バスカヴィル卿の死体のそばに巨大な犬の足跡があった。卿の主治医のモーティマー博士から事件の依頼を受けたホームズは調査に乗り出すのだが…

11月は…『黄色いリボン』(1949・英・白黒・104分)

【日時】11/15(土) 9:30~11:20

参加費無料・申込み必要

光南台実年大学

「膝痛・腰痛の理解と予防

～知って予防する、元気な生活～

【日時】11/18(火) 10:15~11:45

【講師】(公財)操風会 岡山旭東病院

理学療法士 斎 雅夫さん

中塚 智子さん

【定員】先着40名程度

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。

★10月は… 10/17(金) 10:00~12:00

「意外に知らない！？食事につわるウソ・ホント」

6月の光南台実年大学講座で実施した内容ですが、今回はレシピの紹介など角度を変えて、より詳しくお伝えします。

★11月は… 11/21(金) 10:00~12:00

「基礎から運動を学ぼう～ストレッチ・筋トレ～」

参加費無料・申込み不要

男性の料理教室 ～旬を食す～

男性のみなさん！旬の食材を使って、季節感を楽しみながら料理を作りましょう。

【日時】10/6、12/1、2/2、3/2

いずれも月曜日 10:00~13:00

【講師】畠瀬 登美子さん(料理研究家)

【定員】10名(先着順) 【受講料】無料

【材料代】1回1000円(毎回集金)

【持ち物】エプロン、三角巾(バンダナ)、マスク、
ふきん3枚、手ふき、持ち帰り用容器

【申込み】10/2(木)17時までに光南台公民館へ

パソコン教室

10月「年賀状を作ろう①」

【日時】10/27(月) 13:30~15:30

11月「年賀状を作ろう②」

【日時】11/10(月) 13:30~15:30

【参加費】10月、11月ともに200円(1回分)

【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むか、
公民館のパソコンを使用されるかお知らせください。

第205回 海辺のコンサート

『オカリナ♪アイリス』コンサート

今年で結成12周年を迎え、出前コンサートは100回をこえ、BIZEN 中南米美術館所蔵の古代土笛を日本で初めて演奏しました。

【日時】10/26(日) 14:00~15:00

【出演】オカリナ♪アイリス

【内容】「糸」、「地上の星」

「コンドルは飛んで行く」他

【定員】先着 40 名

参加費無料・申込み必要(9/28より受付開始)



第206回 海辺のコンサート

歌ってハマってオールディーズ

アコースティック・ギター、ドラムの生演奏にのせて歌う懐かしの欧米ポップスをたっぷりとお楽しみください。

【日時】11/22(土) 14:00~15:00

【出演】KND ジュークボックス

(光南台公民館クラブ講座)

【内容】「イエローバード」、「悲しき雨音」、

「恋は水色」他

【定員】先着40名

参加費無料・申込み必要(10/26より受付開始)



さんかくウィーク2025

人権・男女共同参画 中学生の標語 優秀賞決定！

光南台中学校の皆様にご協力いただいた「人権・男女共同参画 中学生の標語」を光南台公民館と児島地域センターに展示し、地域の皆様にご覧いただきました。

公民館の来館者や地域センターによるアンケート投票で次の通り6作品の賞が決定しました。

《公民館長 賞》

☆ 大丈夫 ありのままで すてきだよ
(1年 岡崎 康真さん)

《児島地域センター長 賞》

☆ 認めよう 自分の好きも 相手の好きも
(2年 美甘 柚さん)

《公民館 賞》

☆ 優しさの 数だけ心に 花がさく
(1年 井上 亜美さん)

☆ SNS 一生残る 文字と傷
(3年 藤原 舞香さん)

☆ 相手の“当然”受け入れない
自分の『意志』を大切に
(3年 安部 栞和さん)

《児島地域センター 賞》

☆ 早めのプレーキで 防ごう 言葉の事故
(1年 松村 有紗さん)

夏休みキッズ学び隊♪講座報告 8月

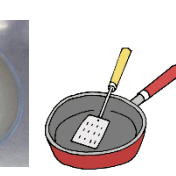
8/7 高校生と学ぶ科学実験教室 音について知ろう



8/8 もったいない探しとあんどんづくり in 小串小



8/22 キッズクッキング



今年も無事、すべての講座を修了することが出来ました。当日の講座の為に準備し、指導して下さった講師の皆さん本当にありがとうございました。

「クリーンアップ光南台」 (地域美化活動)開催のお知らせ

光南台地区学校園の取組として、今年も「クリーンアップ光南台」が開催されます。

日時: 10月25日(土)

※集合場所、集合時間などの詳細については、地域の回覧をご覧ください。

内容: 道路や公共の広場、海岸線の清掃、ゴミの回収等
(地域によって若干の違いがあります。)

おかやまっ子作品展

甲浦小学校・小串小学校の子どもたちによる図画工作の作品を展示します。この機会にどうぞご覧ください。

【日時】 11月6日(木)～18日(火)

(水曜日・祝日は休館) 最終日は16時まで

【場所】 光南台公民館ロビー

岡山県小学校教育研究会岡山支会図画工作部会

「さわやか健康ひろば 2025」が 12月7日(日)南ふれあいセンターで開催

令和7年度も健康市民おかやま21普及イベントとして「さわやか健康ひろば」が開催されます。南ふれあいセンターを貸し切りに、健康に関するブースで体験会や健康チェックなど様々なイベントが計画中です。歯科医師会の先生方にはお口の健康チェック、栄養改善協議会にはベジチェックや食育SAT、愛育委員会にはがん予防についての体験会他、楽しく勉強できる様々なブースを担当していただきます。その他、介護用品の展示・フレイルチェック・骨密度測定・物忘れタッチパネルなど実際に測定・体験等も予定されています。また、今年度は各コーナーを巡る「シールラリー」もあり、素敵な参加賞も用意されていますので、ぜひ参加されてはいかがでしょうか。詳しくは、公民館に配架しています「さわやか健康ひろば」のお知らせをご覧ください。

★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ください。

https://m.facebook.com/profile.php?id=100057609663029&_rdr

フェイスブックはこちらから→



いいひと いいもの いい出会い キラリ 光南台の人々

光南台地域に新たに着任された方々にご自身や地域の
ことをお話していただきます。

皆さんはじめまして。

今年の異動で甲浦駐在所に赴任しました、牧野
健太郎（まきのけんたろう）です。

現在 40 歳、警察官を拝命
して 20 年目になります。

警察官人生のうち、ほと
んどが交番勤務ですが、
生活安全課での勤務経験も
あります。

駐在所勤務は初めてで、
毎日戸惑いだらけですが、
「一生懸命頑張ること」が
私のモットーなので、日々
業務にまい進しています。

「駐在さん」といえば「身近なおまわりさん」と
いうイメージですが、私も地域住民の方に「身近
だ」と感じていただける存在でありたいと思っ
ています。

登下校時間帯にはできるかぎり児童の見守りや
制服姿を「見せる」パトロールをしています。

昼も夜も駐在所のバイクで駆けずりまわり、地
域の皆さんと直接お話をさせていただく「巡回連
絡」という戸別訪問にも取り組んでいます。

不慣れなことばかりで、
至らないこともあると思いますが、
精一杯頑張りますので、
どうぞよろしくお願いします。



甲浦駐在所
牧野健太郎さん



お知らせ

今月の新着図書

毎月の入れ替えて新しく入った本を紹介します。

<小説・随筆 他>

- 『風の値段』 堂場 瞬一
『おやごころ』 畠中 恵
『乱都』 天野 純希
『真夏の雷管』 佐々木 譲
『あなたは、大丈夫』 瀬戸内 寂聴
『汁とめし』 笠原 将弘

<児童書・絵本>

- 『うめぼしさん』 文：かんざわ としこ
絵：ましま せつこ
『いたいときのおまじない』
作：角野 栄子
絵：よしむら めぐ
『けんかにかんぱい!』
作：宮川 ひろ
絵：小泉 るみ子
『おにのしょうがっこう』
作：山田 マチ
絵：岡本 よしろう
『パイロットのたまご』 吉野 万里子



休館日

10月

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

11月

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

★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