

# こうじよ



第303号 2026. 2. 1

発行:岡山市立興除公民館

(岡山市南区中畦589-1)

【ホームページ】



TEL・FAX:(086)298-2660

[E-mail] koujokouminkan@city.okayama.jp

[ホームページ] http://www.city.okayama.jp/shisei/0000011079.html

## 【主催講座のお知らせ】

問い合わせ・申込みは、興除公民館へ(Tel 298-2660)

### 【第81回興除バリスタ・オープンカフェ】

#### 2月 「ゆかいに 音楽会 part2」

■日 時:2月28日(土) 14:00~15:30

■出 演:アンダンテ

■曲 目:「ルージュの伝言」「地上の星」他

■場 所:興除公民館・ロビー

■入場料:無料(申込不要)

### 【第82回興除バリスタ・オープンカフェ】

#### 3月 「Jazz&Pops Vocal」コンサート

■日 時:3月28(土) 14:00~15:30

■出 演:公民館クラブ講座 Jazz&Pops Vocal

■場 所:興除公民館・ロビー

■入場料:無料(申込不要)



### 【興除キネマ俱楽部】

#### 3月 「トロッコ」(出演:尾野真千子 2009年日本)

■日 時:3月16日(月)13:30~15:40

■定 員:50名(先着順)

■申込み:2月20日(金)9:30より受付開始

※上記3講座では、興除バリスタによる香り高い珈琲の販売(1杯100円、マイカップご持参で10円割引)があります。ぜひどうぞ!(興除キネマは上映前のみの販売です。)

.....  
パソコンボランティアぶらぼうじよによる

### パソコン教室

#### 3月 インターネットを楽しもう&デスクトップ整理術

■日 時:3月12日・19日

いずれも木曜日 10:00~12:00

■内 容:デスクトップの整理整頓の方法やインターネットの使い方など

■必要経費:1,000円(全2回・テキスト代含む。)

■対象・定員:マウス操作・文字入力ができる人・10名  
(先着順)

■申込み受付期間 2月26日(木)~3月5日(木)

#### 4月 やってみよう!はじめてのパソコン

■日 時:4月2日・9日・16日・23日

いずれも木曜日 10:00~12:00

■内 容:マウス操作や文字入力など初步的な学習

■必要経費:2,000円(全4回・テキスト代含む。)

■対象・定員:まったくの初心者・10名(先着順)

■申込み受付期間 3月12日(木)~3月19日(木)

▼裏面もご覧ください。

## 興除男結!!ケアメンジャー

男性介護者の交流・談話会です。介護の専門家のお話もあります。お気軽にご参加ください。

■日 時 日時はいずれも10:00~12:00

①2月16日(月) ②3月16日(月)

■対象 認知症などの家族を介護している男性

■申込 随時(興除公民館まで)

## のびのび広場 Come

- 乳幼児を持つ保護者の皆さん、一度お越しくださいませ!
- ★日 時: 時間はいずれも10:00~11:30
  - ・2月20日(金)「楽しい、楽しいひなまつり」
  - ・3月13日(金)「カラフル弁当でお花見をしよう!」
  - ★対象・定員: 乳幼児とその保護者・15組
  - ★申込み: できるだけ、事前に。

毎月介護  
予防教室

### 健康寿命を延ばして生涯元気に!! 興除健康UP教室

医療・福祉の専門職から「健康づくり」の秘訣を!

■日 時:2月27日(金)13:30~15:30

「発見!自分に合ったウォーキング方法」

3月27日(金)13:30~15:30

「タイプ別 便秘解消でお腹から元気に」

■受講料:無料 ■申込み:不要

申込  
必要

## 【興除中学校区サロン交流会】

詳細はお問い合わせください!

■日 時:3月13日(金) 10:00~12:00

■場 所:興除公民館・2階講座室

■対象:高齢者サロン関係者

■内 容:情報交換等 ■参加費:無料

■申込み:公民館にお申し込みください。

## 興除☆おもちゃの病院

■日 時:3月30日(月) 10:00~12:00

■ドクター:吉備おもちゃの病院長 宮脇 俊作さん 他

■申込み:不要(当日は先着順で受け付けます。

11:00までに公民館へお越しください。)

■受診料:無料(ただし、実費必要)

※おもちゃは原則一家族2個まで



※3月は休刊です。次号は4月1日号となります。

