

高齢者のためのスマホ教室

次のとおりスマホ教室を行います。ご参加をお待ちしています。

	スマホ体験 〈STEP3〉	LINE 教室 〈基礎〉	LINE 教室 〈応用〉
期日	6 月 12 日(木)	7 月 10 日(木)	8 月 7 日(木)
内容	・インターネット の使い方 ・アプリとは…	・LINE とは ・友達を追加しよう ・やりとりをしよう ・LINE 電話とは	・無料スタンプの取り方 ・通知オン、ブロック ・ニュースを見てみよう
定員	30 名	30 名	30 名
申込	6 月 5 日まで	7 月 3 日まで	7 月 31 日まで

※いずれも、建部町公民館で 13:30～15:00 に開催します。
 ※約 1 時間の講義後に、自由な質問時間があります。
 ※ご自身のスマホを持参ください。お持ちでない方にはお貸しします。
 ※シリーズではありません。いずれか 1 回のみの参加も可。
 ※建部町公民館まで、電話または窓口にてお申し込みください。

書写を楽しもう

- ◆日 時 7 月 29 日(火)11:00～12:30
- ◆講 師 吉岡 優さん(岡山県書道連盟会員)
- ◆参加費 500 円(当日集金)
- ◆定 員 10 人(先着順)
- ◆持ち物 習字セット、半紙、古新聞、JA の課題、そうきん
- ◆申込み お電話または公民館窓口まで



オトナクラフト

大人のための「やってみたい」を応援する講座です。
 自分の新しい仲間や「好き」を見つけてみませんか？

「刻字を楽しむ」(全2回)

- ◆講 師 石川 浩朗さん
- ◆準備物 自分の好きな漢字一文字のお手本 1 枚
(はがきサイズ)
- ◆日 時 6 月 12 日(木)、6 月 19 日(木)
13:30～15:30
- ◆対 象 連続講座のため2回とも参加できる方
- ◆定 員 6 名(先着順)
- ◆材料費 1 人につき 1100 円(事前集金)
- ◆申込み 6 月 5 日(木) までに
お電話または公民館窓口まで

ぴよぴよリトミック 出前講座

音楽やリズムに合わせて歌ったり身体を動かしたりするリトミック。建部認定こども園と福渡保育園で行っています。参加費無料。

- ◆講 師 秋山 文緒さん・尾銭 由美子さん
(リトミック研究センター認定講師)
- ◆用意するもの 飲み物・動きやすい服装
- ◆日時・場所・対象年齢

6月23日(月) 建部認定こども園

2歳 9:40～10:15 / 5歳 10:20～10:55

7月28日(金) 福渡保育園

2・3歳 9:40～10:20 / 4・5歳 10:25～11:05

- ◆対 象 就園前の子どもと保護者
- ◆申込み 開催日 1 週間前までに建部町公民館へ
(お電話または公民館窓口まで)

たけのこぐんぐん

※「みんなで楽しくベビーマッサージ教室」

おうちでやっても楽しいベビーマッサージ教室です。
 マッサージの後は育児相談も行います。参加費無料。

- ◆日 時 6 月 27 日(金) 13:30～15:00
- ◆対 象 赤ちゃん～3 歳くらいの子どもと保護者
- ◆講 師 小林 智子さん
(子育て応援 遊里代表・助産師)
- ◆用意するもの バスタオル 1 枚・着替え用(オムツ・着替え)・お茶、ミルクなど
- ◆申込み: 6 月 20 日(金) までに
お電話または公民館窓口まで

※「ドキドキ! ワクワク! 無制限遊び!」

日常のいろいろな【それやっちゃダメ!】を解放して、
 子どもたちの脳や五感を刺激します。参加費無料。

- ◆日 時 8 月 25 日(月) 10:30～12:00
- ◆対 象 就学前までの子どもと保護者
- ◆講 師 森廣 美郷さん(くまの森代表・保健師)
- ◆用意するもの 着替え用(オムツ・着替え)・濡れたタオル(おしぼり用)・汚れたものをいれるビニール袋、バスタオルなど
- ◆申込み 8 月 19 日(火) までに
お電話または公民館窓口まで

ロビー展のご案内

「木目込みパッチワーク展」6/5(木)～6/29(日)「シャープペンシル作画展」7/3(木)～8/3(日)

《ゴミ減量リサイクル推進講座》

おいしいコーヒーの淹れ方と
SDGsなくらし

- ◆日 時 6月17日(火)13:30～15:30
- ◆場 所 北保健センター建部分室2階調理室
- ◆講 師 サニーデイコーヒー 江田さん
ダフェプロジェクト 江見さん
- ◆定 員 10名(先着順)
- ★参加費 300円(材料代) (当日集金)
- ★持ち物 筆記用具・マイコーヒーカップ
- ★申込み 建部町公民館へ
お電話または公民館窓口まで

《“空飛ぶ発見”と“感動”をあなたと一緒に！》

リビングブレーンの製作と飛行

スチレンペーパーのキットを組み立てる室内飛行
機工作教室です。

- ◆日 時 8月2日(土)10:00～12:00
- ◆場 所 建部町文化センター
- ◆対 象 小学生以上(大人也大歓迎)
- ◆講 師 航空宇宙学会会員 石井潤治さん
- ◆参加費 800円(キット代)(当日集金)
- ★持ち物 筆記用具・はさみ
- ★申込み 建部町公民館へ
お電話または公民館窓口まで

建部ふれあい元気教室

〈2025年度 介護予防教室〉

- ◆日 時 毎月 第3火曜日 10:00～12:00

6月17日(火)

「聞こえの講話」と「かんたん聞こえチェッ
ク(簡易の聴力検査)」

※希望者のみ・無料・申込不要

7月15日(火)

「お口のケアグッズの選び方・使い方」

- ◆場 所 建部町公民館 2階第1会議室
- ◆対 象 おおむね65歳以上の岡山市民
- ◆主 催 岡山市ふれあい介護予防センター
- ◆共 催 建部町公民館

◇教室についてのお問い合わせは

岡山市ふれあい介護予防センター北事務所

☎086-251-6517

北市民健康づくり建部会議の取り組み④

～民生委員児童委員協議会～

「北市民健康づくり建部会議」では、様々な団体が連携して地域の健康づくりを進めるための活動をしています。各団体からリレー形式で健康に関する情報をお届けします！

私たち民生委員・児童委員は、現在23名の委員が在籍しており、日々の訪問活動や個別の相談のほかに、月に一度定例会議を開催して情報交換や研修を行っています。生活の中で心配ごとや悩みごとはありませんか？

例えば、一人暮らしで心細い、健康・医療について心配がある、介護の問題、福祉サービスについて知りたい、妊娠や子育ての不安、学校生活の悩みなど。

主任児童委員は、子どもや子育てに関することを専門に活動しています。それぞれの相談内容に応じて、適切な関係機関による支援への「つなぎ役」になります。どうぞお気軽にご相談ください。

また、秋には委員全員で製作したオレンジリボンをたけバマルシェで配布し、児童虐待防止の啓発活動を行っています。啓発グッズ(ポロシャツやマスキングテープ等)も並べていますので、覗いていただくと嬉しいです。お子様から高齢の方まで、笑顔で安心して暮らせるお手伝いが出来たらと思っています。



〈↑オレンジリボン製作中〉

〈←オレンジリボン〉

※「オレンジリボン運動」とは、子ども虐待防止のシンボルマークとしてオレンジリボンを広めることで、子ども虐待をなくすことを呼び掛ける市民運動です。虐待は周囲から見えない場所で行われていることが多くあります。何か気になることがあれば、どんな些細なことでも連絡をお願いします。「児童相談所虐待対応ダイヤル189(いちばやく)」(お近くの相談所につながります)