

# ぴよぴよリトミック

音楽やリズムに合わせて歌ったりからだを動かしたりするリトミック。月に1回、保育園で行っています。

◆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

◆日にち・場所・時間

6月16日(金) 建部認定こども園

2歳 9:40~10:15 / 4歳 10:20~10:55

7月14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週間前までに公民館へ申込み

# 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」

6月22日(木)10:30~12:00

◆講師 小林 智子さん(子育て応援 遊里代表・助産師)

◆持ち物 バスタオル1枚・着替え用(オムツ・着替え)  
お茶・ミルクなどの飲料

◆場所 建部町公民館

◆対象 就学前の子どもとその保護者

◆申込 6月15日までに公民館へ(☎または窓口に)

# 落語へ行こう!

◆日時: 7月15日(土)13時30分~15時

◆場所: 建部町公民館 2階第1会議室

◆出演者: 落語: 車家化狐。(くるまやかっこ。)  
三味線: 風流亭蘭実大 (ふうりゅうていらみえる)  
(岡山大学落語研究会 0B)

◆参加費: 無料

◆定員: 30名

◆申込: 開催日1週間前までに公民館へ申込

# 書写を楽しもう

◆日時 7月20日(木)10:00~11:30

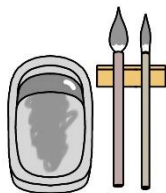
◆講師 吉岡 優さん(岡山県書道連盟会員)

◆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、JAの課題、  
古新聞、ぞうきん

◆申込み 公民館まで  
(直接・☎・Faxにて)



## 岡山市 行政相談

6月16日(金)13:30~15:30

7月21日(金)13:30~15:30

建部町公民館 2階第2会議室

# 建部ふれあい元気教室

〈2023年度 介護予防教室〉

◆日時 毎月 第3火曜日 10:00~12:00

6月20日(火)

いつ食べる? 時間栄養学で体のリズムを整える!

7月18日(火)

放置しないで! めまいについて

◆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

★参加費無料

★申込不要

◆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

☎251-6517



【感謝状を授与された講師を囲むクラブ生】

公民館クラブ講座紹介④  
命の貯蓄体操

毎月第一・二・三・四金曜日  
十時~十二時

生命(いのち)の貯蓄体操は、東洋医学の考え方を基礎に考案された日本式の氣功養生術で、お金のよう健康も大切に蓄えてほしいという想いが込められています。

丹田呼吸法をメインにして、身体の力を抜いて全身を動かし、病気にかりにくい、ケガをしにくい身体に改善し、また自律神経を調え、ストレス解消、疲労回復、不眠改善等の効果が期待できます。クラブ生の声です。

「体操のおかげで八十三歳まで元気で過ごしています」「風邪、肩こり、便秘がなくなりました」「骨折も早く良くなりました」等々。何となく体の不調を感じている方、ぜひ一度見学してみてください。

(クラブ代表 戸田 正子)

## ◇お知らせ◇

### 男性用トイレにサニタリーボックスを設置

前立腺がんや膀胱がん手術の影響等で尿漏れパッド、紙おむつを使用する方が安心して外出できるよう、公民館の男性用トイレ(個室)へサニタリーボックスを設置しました。お気軽にご利用ください。

石坂桑亀

幕末の蘭方医です。天明八年（一七八八）現在の久米郡美咲町境に生まれ、津山の漢方医に学んだ後、京都の吉益南涯から古医方を学び、大坂の合水堂で華岡流外科を習得しました。帰郷して福渡村で開業しますが、宇田川玄真の「医範提綱」に感銘を受け、長崎に遊学してシーボルトの「鳴滝塾」で

郷土の偉人

石坂桑亀墓所

歴史案内看板の紹介

蘭学を学びました。再度帰郷し、名医として近隣の住民から慕われました。

後に足守藩に召し抱えられ、藩財政の回復に努めますが、上司と対立し、辞任して倉敷に移り開業しました。

妻の死を機に、昔住んでいた福渡村に近い建部村に移り、嘉永四年（一八五二）に没するまで、漢方、蘭方医として村民に尊敬されました。

建部上の願成寺にある墓所

には桑亀、その妻、二人の息子が眠っています。桑亀の子孫は東京に在住なので、近くにお住いの兵後妙子さんが長年にわたリ墓守をしてこられました。

歴史案内看板の設置

墓所のある建部上区町内会では石坂桑亀を地域の人や来訪者に広く知ってもらうとともに、郷土への愛着と誇りを醸成するために「岡山歴史のまちしるべ」事業により、墓所近くに「石坂桑亀墓所」の歴史案内看板を三月に設置しました。

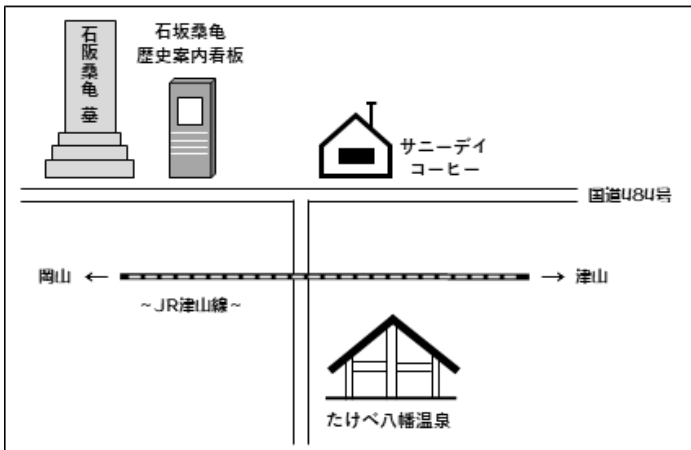


岡山歴史のまちしるべ事業

地域の歴史や文化資産の由来を看板で紹介する岡山市の事業で、看板の設置場所や内容の提案を町内会、自治会、商店街組合などから募っています。看板で紹介するのは主に戦前までに地域の歴史や文化に

刻まれた建築物、人物、地名、交通施設、事象などです。この事業は平成二十七年度にスタートし、建部町内には平成三十年度にたけべ八幡温泉と建部町産業観光物産案内所の近くに「国境のまち建部町」の歴史案内看板が各一基設置されました。今回の石坂桑亀墓所の看板が三基目になります。

〈墓所への案内図〉



食品ロス削減のための講座

	食品ロスあれこれ	冷蔵庫の整理活用術
日時	6月24日(土) 13:30~15:00	7月21日(金) 13:30~15:00
講師	岡山市環境事業課 資源循環推進室 平田 健二さん	ライフオーガナイザー 西後 真湖実さん
内容	①食品ロスをなくする(生ごみの削減)ための取り組み ②生ごみリサイクルで減量(生ごみ堆肥化)について ③生ごみ処理容器購入費補助制度について	こんな方にお勧めです ①冷蔵庫の中で腐らせてしまった経験がある ②あると思って買ったけど同じものがあつた経験がある ③買ったものをとりあえず冷蔵庫に詰め込んでいる

※会場はいずれも建部町公民館です。  
※建部町公民館まで電話でお申し込みください。

みどりの映画会〈食品ロス特集〉

食品ロス削減講座に関連する映画の上映会を行います

6月26(月)

・13:00~「0円キッチン」 ・18:00~「0円キッチン」

7月21(金)

・12:40~「もったいないキッチン(ショート)」  
・15:15~「もったいないキッチン(ロング)」  
・18:00~「もったいないキッチン(ショート)」

他にも「シャドーディール」「プラスチックの海」の上映も予定しています。詳しくはQRコードから。

- ◆会場: 建部町公民館 3階視聴覚室
- ◆主催: みどりの映画会
- ◆視聴料: 1本 800円
- ◆問合せ: 下山田 ☎090-6199-4626



※「QRコード」は株式会社デンソーウェブの登録商標です。