

主に0歳児から就学前の親子対象

おしゃべりカフェ「わ」

日時・内容 いずれも10:30～11:30

★9/19(金)……「親子で遊ぼう」

★8/1、9/5、10/3(金)…「おはなしの会」

★8/8、8/22、9/12(金)…「フリータイム」

申込み 不要

定員 各回10組(先着順) 受講料 無料



共催：支援の必要な子と親の会 たんぽぽの会

ふらっとhome ～子育てトーク会～

■ 8/17(日) 10:00～15:00 (時間内出入り自由)

「親子でふらっとhome」さを織り体験、カプラ、

パフェづくりほか(材料代が必要な活動あり)

申込み 8/5(火)17:00まで

対象・定員 子どもとその保護者・家族 約15組
(先着順) ※子どもだけの参加不可

■ 9/9(火) 10:00～12:00 (通常版のトーク会)

申込み なるべく5日前までに

定員 10人(先着順) 受講料 無料

託児 ご希望の方はご相談ください



おはなしポケット

おはなしや工作を楽しみましょう!

日時 8/23、9/27(土) 10:30～11:30

対象 幼児から小学生まで

(小学3年生以下は保護者同伴)

申込み 不要 定員 10組程度 受講料 無料



みさおやま学びなおし教室

小学校・中学校のこくご、さんすう・うらがく、えいごを、ボランティアの方とそうだしながら勉強します。

対象 義務教育の年齢(15歳)をこえている人

日時 9/6、9/20(土) 15:30～17:30

*年15回開催。8月は休み

申込み 不要 定員 10人(先着順) 受講料 無料

持ち物 筆記用具、勉強したいドリル・問題集など



毎月主に第1火曜日 おおむね65歳以上の方対象

操山いきいき教室

健康寿命を延ばすコツ、教えます。



日時・内容 時間はいずれも10:00～12:00

9/2(火)「体感整う!椅子ピラティス」

10/7(火)「ちょっと気になる、排尿障害のお話」

申込み 不要

受講料 無料

持ち物 筆記用具、上ぐつ、外履きを入れる袋、
飲み物 *動きやすい服装で

操山キネマ



日時 9/9(火) 9:30～12:00

内容 『黄色いリボン』[1949年・米 104分 カラー]

申込み 受付中

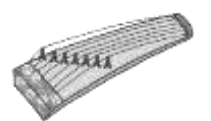
解説 操山キネマ支配人 山田 信和さん

定員 40人(先着順) 鑑賞料 無料

みさおやま ふれあいカフェ

◆箏と尺八 お月見コンサート

演奏：箏曲アカデミー岡山



日時 9/20(土) 10:30～11:30

申込み 受付中 受講料 無料

*9月は、飲み物提供はありません。必要な方は
ご持参ください。 *8月はお休みです。

ITボランティア「パソコンを楽しむ会」

◆エクセル講座 名簿の表を活用しよう

日時 9/18(木)13:00～15:00

申込み開始 受付中

受講料 700円(テキスト代込当日集金)

◆ワードで 年賀状を作ろう

日時 10/23(木)13:00～15:00

申込み開始 9/18(木)9:30～

受講料 650円(テキスト代込当日集金)

・・・・・・・・・・・・・・・・

いずれも 定員 10人(先着順)

持ち物 筆記用具、(可能な方は)パソコン



みさおやま

<発行>岡山市立操山公民館

〒703-8236

岡山市中区国富三丁目9-12

TEL/FAX (086)271-5030

Mail misaoyamakouminkan@city.okayama.lg.jp

HP https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011081.html

地域応援人づくり講座

地震に備える

木造住宅の耐震化について



内容 木造住宅の耐震化について

- ・耐震化の必要性・耐震補強のポイント
- ・岡山市の補助制度

日時 9/20(土) 10:00～12:00

申込み 受付中 受講料 無料

講師 岡山県建築士事務所協会ほか

定員 40人程度(先着順)

おおむね65歳以上の方対象

操山光嶺大学

みさおやま
こうれいだいがく

◆フケ声にさよなら!!音読講座

日時 9/30(火) 10:00～12:00

申込み開始 7/22(火)9:30～

講師 山田信和さん(元RSKアナウンサー)

定員 40人(先着順)

受講料 無料

*8月はお休みです。



第4回 操山公民館まつり

日程 11月15日(土)・16日(日)

公民館講座の活動発表(展示、実技発表・体験、茶席、
喫茶ほか)です。詳細は次号でお知らせします。

令和8年度 クラブ開設説明会を行います

クラブ講座は、講座生が主体的に企画・運営する講
座で、申請を基本に公民館が開設するものです。令和8年度(R8.4.1～R9.3.31)に、操山公民館でのク
ラブ開設を考えているグループの代表は必ず出席してく
ださい(現在活動しているクラブも含みます)。

日時 9月6日(土) 10時～11時

説明会出席の申込み 9/1(月)までに 出席者氏
名と活動内容をお知らせください

*申請に必要な書類は、説明会でのみ配布します。

*開設要件等は、説明会でお伝えします。

*会場の都合上、出席人数は、現在操山公民館で活
動しているクラブは1名、新規希望グループは2名
以内をお願いします。

*講師の出席はご遠慮ください。

中高生地域活動ボランティア「みさONメンバーズ」 天ノ川祭を 開催しました!

7月6日(日)、中高生地域活動ボランティア「みさONメンバーズ」企画
第2弾、「みさON天ノ川祭」を開催しました。笹かざりづくり、空くじなし
でお菓子があたるくじ引き、天ノ川そうめんの提供、七夕のいわれの紙し
ばいをしました。小学生・幼児やそのご家族中心に、約200人の方が参
加されました。参加された方の感想です。★初めて地域の行事に参加しました。学生のお兄さんお姉さん達
が娘に優しく教えてくださり、楽しんでいました。★七夕かざりは、思いもよらない工夫の工作でした。くじ引きの
お兄ちゃんたちが笑顔で接してくれて、嬉しかったです。そう
めんも具材があって食べごたえがあり、おいしかったです。★娘が大きくなった時、今度は、今日企画運営してくださったお
兄さんお姉さんのように、皆を楽しませてくれる側になってく
れたら良いなと思いました。

天ノ川そうめん担当



笹かざりづくり

図書貸出しています 1人5冊まで2週間。貸出には岡山市立図書館利用者カードが必要です。

カードは操山公民館でも発行できます。住所確認ができるもの(免許証や保険証など)をご持参ください。

公民館 開館時間 9:30～21:00(日曜は9:30～17:00) 休館日 水曜・祝日・年末年始

8～9月の休館日 8/6・8/11・8/13・8/20・8/27・9/3・9/10・9/15・9/17・9/23・9/24

地域情報

地域(操山学区)から寄せられた情報を掲載しています。



「あっ晴れ！もも太郎体操」を始めました！

あちらこちらの町内で「あっ晴れ！もも太郎体操」をしていることを知り、我が町内シルバー会にもと思い、介護予防センター様のご指導をいただいて、町内会からプロジェクターを購入してもらい、実現しました。



家で1人で体操しようと思ってもなかなかできず、皆さんと一緒ならば楽しくがんばれると思い、4月からとりあえず月2回集会所に集まり、することになりました！

まだ始まったばかりなので10～13人くらいですが、町内シルバー会の方が集まって、皆さんの顔を見て、いつまでも元気に過ごせたらと願っています。

門田屋敷中央町内会シルバー会 会長 村上美砂子

こんにちは！ 宇野学区愛育委員会です！！

愛育委員会は、健康ボランティアとして、岡山市保健所中区保健センターの保健師と連携し、今年度も各町内より99名の愛育委員が登録し、活動を開始しました。

私達は、健康で豊かな町づくりを目指す組織として、地域で健康づくりを進めるため、勉強会では主に生活習慣病予防を学び、家族や地域の方々に伝えることを目的としています。

地域の中での子育て応援も重要で、育児相談の手伝いや、生後4か月児への赤ちゃん訪問をおこない、若いママ達へ子育てについて情報提供もしています。

宇野学区愛育委員会
の
あい子
キャラクター



また、地域住民の健康を守るため、特定健診やがん検診、予防接種のお知らせを各町内にお届けするとともに、検診手伝いや受診勧奨にも努めています。あわせて、愛育活動の情報誌「ai」を学区内7,308世帯に、地域の見守りかねて各戸配布しています。

今後も、宇野学区の皆様の身体の健康や心の健康を守るために活動してまいります。

宇野学区愛育委員会 会長 多田孝子

暑さに負けずに出かけよう！！

本年、内閣府が公表した調査によれば、約4割の人が、【孤独感がある】と回答しました。孤独は世代を超えた課題であり、1日15本のタバコを吸うのに匹敵するほど心身に影響をもたらすとされています。



昨年施行された「孤独・孤立対策推進法」は、「人と人の『つながり』が生まれる社会」を目指しているとあります。今後、ますます高齢化が進む中、地域の皆さんとのつながり、ふれあい、支え合いが大切になります。

現在、宇野学区に単位老人クラブが8会あります。グランドゴルフ、あっ晴れ！もも太郎体操、竹田つなぎの輪、いきいきサロン、ふれあいサロン、スマイルクラブ等あり、活動しています。

暑い日が続きますが、家でじっとしていないで、公民館やコミュニティハウスで開催しているいろいろな講座へ出かけてみませんか？心身ともに健康で、老後を楽しみましょう！！

宇野学区老人クラブ連合会 会長 高田輝昭

交通安全母の会（三熟学区交通安全サポート隊）より

岡山市交通安全母の会の6月定例研修会で、岡山西警察署交通官の方から、交通安全講話を聞いてきました。その中からいくつかお伝えします。

◎交通ルールの再確認

信号機のない横断歩道での一時停止率が、2021年には10.3%と全国最下位でしたが、2024年には67.2%となり、中四国でトップとなりました！手前に◇マークが2つあるので、自転車や歩行者がいないと確認できる場合を除き、車はいつでも停止できる速度で走行しなければいけません。子どもには、横断歩道を渡るときは手を挙げて車にアイコンタクトで渡るよう、声かけをしましょう。

★歩行者妨害は反則金、減点の対象となります。

交差点での交通事故は、左折と右折を比べると、右折の方が9倍多い！（岡山県）原因は、対向直進車を気にして急いで右折しようとする、横断歩行者はいないという思い込みなどです。

★運転席や助手席の窓ガラスにサンシェードを取り付けて、運転者の視界を妨げる状態で運転することは、反則金や減点の対象となります。

みんなで交通安全に努め、安全安心な地域になるようがんばりましょう。

三熟学区交通安全母の会 会長 梶川素子



浜保育園

～浜第一遊園地で遊んでいます～

浜保育園は、23名の新入児が入园し、0歳児から5歳児まで114名の子ども達がいいます。



園庭が狭いため、気候の良い時期は、浜第一遊園地で遊んでいます。園庭では2クラスしか遊ぶことができないため、公園を使えることで、外に出て遊ぶことができます。

地域の方が草を抜いたり掃除をしたりして、きれいにしてくださり、安全に遊ぶことができます。元気いっぱい子ども達は戸外遊びが大好きなので、とても助かっています。ドッジボール、鬼ごっこなどをして、体をしっかりと動かして遊んでいます。

10月の運動会も公園ですており、子ども達の成長を見ていただいたり、親子で一緒に遊んだりして、楽しい思い出ができています。

岡山市浜保育園 園長 中山 恵

三熟学区子ども会 球技2チームが大会出場！

令和7年7月27日(日)に行われる第61回岡山市子ども会親善球技大会【中央大会】に、三熟学区子ども会の球技チームが出場します。2チームとも、優勝目指してがんばってください！

◎ポートボールの部『住吉フレンド』

小学校2年生から6年生までの19名の子どもたちと8名の指導者で活動しています。チームの合言葉は「笑顔最強」。どんなときも笑顔を忘れず、仲間と支えあいながら、楽しく、そして真剣に練習に取り組んでいます。

このたび、中央大会への出場権を獲得しました！一人ひとりがチームのためにできることを考え、心をひとつにして「優勝」を目指しています。住吉フレンドらしい元気と笑顔を武器に、全力プレーしていきますので、応援よろしくお願いします！

◎ソフトボールの部『三熟なかよしソフトボール』

今年50周年を迎える三熟なかよしソフトボールは、この記念の年に、子どもたちにとっての甲子園である中央大会の出場権を得ることができました。日ごろ子どもたちを見守ってくださる地域の皆さまにも感謝しながら、精一杯プレーします！

三熟学区子ども会 会長 藤原貴司



健康チェックをしてみませんか〈参加無料〉

山陽学園大学看護学部の教員と学生による健康チェック。認知機能、骨密度ほか。

測定日 9/10(水) ①10:30～12:30、②13:30～15:30 *①②いずれかに参加

結果説明日 9/19(金) 10:30～12:15

場所 操山公民館 定員 各回とも10名程度(抽選)

対象 中区在住 65歳以上で、測定日・結果説明日とも参加できる方

申込み 下記問合せ先へ8/25(月)までに

健康チェック詳細→

【問合せ先】中区役所総務・地域振興課区まちづくり推進室 Tel086-901-1602



◆特別警報・暴風警報・大雪警報が発表および中学校区に避難指示が発表された場合、公民館通常業務を停止します。

◆公民館での資源化物回収 回収品目 空き缶・ガラスびん・蛍光灯 回収日時 開館日の9:30～17:00

岡山市ふれあい介護予防センターより「あっ晴れ！もも太郎体操」は、岡山市ふれあい介護予防センターが制作しました。内容は、ストレッチ体操・お口の体操・筋力トレーニングを、36分のDVDにまとめた体操で、サロンや老人クラブ等で仲間と一緒に取り組むものです。椅子に座って安全に取り組むことができ、健康寿命を延ばす効果があります。

現在、市内で約400団体、操山学区は20団体が活動中です。操山公民館では「さわやかクラブ」が活動しています。身近な集会所等でも開催しており、「紹介しますので、参加したい方は気軽にお問い合わせください。」

*お問い合わせ先：岡山市
ふれあい介護予防センター
Tel086-274-5211