

足守公民館だより

第173号 発行:岡山市立足守公民館 2023年4月5日(水)

〒701-1463 岡山市北区足守718 電話・FAX(086)295-1942

ホームページアドレス <https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011274.html>Instagram
@shiseiokayamaFacebook
shiseiokayama

春 公民館で ❀ ❀ ❀ 新しいことを始めてみませんか!

足守公民館主催講座のご案内♪

足守ことぶき教室

日時	内容	講師
4月10日(月) 10時~12時	岡山城再発見! ~リニューアル岡山城~	小野田 伸さん (岡山市観光課)
5月8日(月) 10時~12時	釣り人みんなで、ゴミ拾い 海ゴミ・川ゴミ、誰のせい!? ~美しい足守川を守ろう~	平井 雅明さん (環境保護団体「釣り人 みんなで、ごみ拾い」代表)
6月12日(月) 10時~12時	シルバー世代の 活き活きコミュニケーション	森田 恵子さん (おかやまアナウンス・ラボ (株)代表取締役)
7月10日(月) 10時~12時	岡山フィルハーモニック管弦楽団 サマーコンサート ~弦楽四重奏~	岡山フィルハーモニック 管弦楽団
8月休み		
9月11日(月) 10時~12時	— 計画中 —	
★10月16日(月) 10時~12時	リリーさんの防災トーク	リリーさん (EWI 奏者・防災士)
11月13日(月)	研修旅行 一行先は計画中—	
12月11日(月) ★13時~15時	足守を盛り上げたい!!(仮)	板野 純也さん (足守のメロン屋さん)
★1月15日(月) 10時~12時	百まで健康! ことぶき歌笑法	種田 光洋さん(声楽家)
2月12日(月) 10時~12時	恐竜発掘現場こぼれ話	石垣 忍さん (岡山理科大学恐竜博物館)

<毎月・第2月曜 10:00~12:00 ★は変更しています>

受講を希望される方は…

<対 象> 60歳以上の地域在住の方
<年会費> 2,000円

(郵送料・コンサート参加費など)

*お申し込みは、年会費をそえて公民館までお越しください。

*講座日は、毎回の講座前に葉書でお知らせします。

*研修旅行は、別途申込み・参加費が必要です。

足守ふれあい 元気教室

岡山市ふれあい 介護予防センター・足守公民館 共催
<毎月・第1火曜日 10:00~12:00>

5/2(火) めまいについて

6/6(火) 自分に合った運動

7/4(火) お口の知恵袋

<対 象> おおむね65歳以上の方

<内 容> 介護予防に関わる講話・実技

<参加費> 無料 <申込み> 不要

<持ち物> マスク・筆記用具・水分補給

あしもりウォーク

「健康維持」と「仲間づくり」をしながら、

① 4月18日(火) 9時~12時 ☒切4/11
ソフトクリームがお楽しみ♪~安富牧場・冠山コース~② 5月16日(火) 9時~12時 ☒切5/9
雪舟の里 宝福寺・総社北公園コース③ 6月20日(火) 9時~12時 ☒切6/13
北の政所ねね様没後399年~大光寺・陣屋町コース~

「地元のことをあらためて知る」ウォーク♪

<参加費> 各回50円(保険代)

<申込み> 参加費を添えて、各回の締め切り日までに公民館までお申し込みください。

※コースによっては、現地解散になる場合もあります。

※詳しくは、チラシをご覧ください。

<開館時間> 9時30分~21時(日曜日は17時まで) <休館日> 水曜日・祝日

春のバードウォッチング

豊かな自然は足守地域みんなの宝。野鳥に詳しい森本先生と一緒に、足守で観られるかわいい野鳥やその鳴き声を観察しましょう。大人から子どもまで、どなたでもどうぞ♪

【日 時】4月15日(土) 10:00~12:00

【場 所】足守公民館周辺(※集合は足守公民館)

【講 師】日本野鳥の会岡山県支部 森本 章男さん

【準備物など】双眼鏡(※お持ちでない方はご相談下さい。)

動きやすい服装・帽子・お茶など水分補給できるもの

【申込み】4/11(火)までに、参加費(保険代)50円を添え、足守公民館にてお申込みください。

※お電話でも受付可。当日、参加費をお持ちください。

公民館カフェ ★毎月・第1月曜日★

おしゃべりしたり お茶をのんだり…♪



どなたもお気軽にいらしてください! 申込不要です。

おいしいコーヒーを ご用意してお待ちしています。

【日 時】5月1日(月)、6月5日(月)、7月3日(月) いずれも10:00~12:00

*参加は無料 *コーヒー、お茶、紅茶は、1杯100円

*5月は、スタッフが手作り“ちらし寿司”をします! 1食100円

あしもりシネマ

土曜日の午後は、公民館で映画を楽しみませんか

【日 時・内容】

5月13日(土)13:30~15:30

「ハチとパルマの物語」(2021年日・露)

7月8日(土)13:30~15:30

「続・深夜食堂」(2016年)

*参加無料・当日参加OK(できれば事前にお申込みを)

えほんのもり ★毎月・第4土曜日★

地域のボランティアメンバーと、絵本のよみきかせや工作と一緒に楽しみましょう♪ よみきかせで親子のふれあいを…

【日 時】4月22日(土)、5月27日(土)、6月24日(土) いずれも 10:00~11:00

*参加無料・当日参加OK(できれば事前にお申込みを☆)

*赤ちゃん(0,1歳)もぜひ!お母さんおしゃべりしましょ♪

*おじいちゃんおばあちゃんもお孫さんといっしょにどうぞ

おみずサロン ★毎月・第4木曜日★

おしゃべりしたり脳トレしたり、ときには運動も。ゆったり楽しく過ごせる時間を…どうぞお気軽にお立ち寄りください。

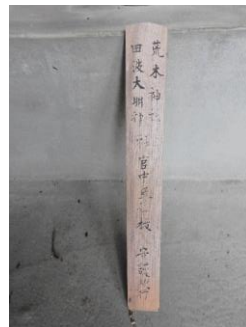
【日 時】4月27日(木)、5月25日(木)、6月22日(木) いずれも 10:00~12:00

あっちこっち

みてあるき

吉・田波大明神の祠

下日近の善修寺を過ぎ、道が二又に分かれる辺りから吉に入り、小字で田狭(タバサミ)という集落があります。備中誌に『此田狭ハ加陽郡吉村の内に其居所の跡有て今も田ハサミと云傳ふ』と書かれていて、吉備上道



↑社の中の木札



す。田狭が朝鮮半島から帰国した際荒木と名乗ったと言われているので、田狭に住んでいるのはほとんど荒木姓で田狭の子孫なのだそうです。田狭に住んでいたと言われる田狭の一番奥の小さい場所には、田狭をお祀りする田波大明神(たわだいまいようじん)の祠

田狭(きびのかみつみちのたさ)が住んでいたと言われているらしいので

があります。集落の人たちは『タバサマ』といってお祀りしているそうです。社の中の木札には、田波大明神と並べて荒木神社と書かれています。私には、一つの神社に二つの呼び名があったのか、別々の神社だったのを合祀したのかは分かりませんが、田狭の荒木さんは由緒ある姓のようですね。文・福田瑞江 写真・岸 宣昭

↓三方を山に囲まれた南向きの傾斜地を行くと…



↑小高い場所に社が…

足守「子ども食堂」を 立ち上げます

足守で「子ども食堂(仮称)」を立ち上げます。年齢・職業・住所などに制限はありません。どこの誰が参加いただいたても大歓迎です。4月に練習会をして、5月より本格運用をいたします。

「足守を子どもがのびのび暮らせる場所にしたい」「子育てをしやすい場所にしたい」「孤独を防ぎたい」「なんでも相談できる場所づくりをしたい」、さまざまな思いを語り合いながら、昨年10月より半年の期間、じっくり話し合いながら心の準備をすすめてまいりました。いよいよこの春より「足守子ども食堂(仮称)」を行います。

会の名前も、今は「子ども食堂(仮称)」にしておりませんが、子ども限定に誤解されたくないという思いもあり、みんなの投票で決めたいと思っています。

お手伝いできる人、食材を寄付いただける人、応援してくれる人、食べに来てくれる人を大募集いたします。もちろん

足守子ども食堂
実行委員会(仮)

支援者ミーティングを兼ねた

カレー試食会 (定員:20名)

4月15日(土)10:00~14:00
場所:足守公民館 料理講座室

第1回 子ども食堂開催

(定員:30名) <予定>

5月20日(土)10:00~14:00
場所:足守公民館 料理講座室

*うまく運用できるようになれば、毎月第3土曜日に開催したいと思います。(10月は公民館文化祭のため中止予定) *どちらも事前申し込み必要。公民館まで、電話か直接お申込みください。

ちょっと気分転換

日本地図を思い浮かべてください。調べたところ、日本の最南端の島は小笠原諸島の沖ノ鳥島、最東端は南鳥島、最西端は沖縄の与那国島、最北端は宗谷岬の北の弁天島ではなく、北方領土択捉島だそうです。

さて、

- ①海に囲まれている都道府県2つ、
- ②まったく海に面していない都道府県8つ、どこでしょうか。

今度は、なぞなぞです。

- ③中国地方で島のない県は？
- ④山があるのにないという県は？
- ⑤紹介するとき姓より名を先に言う県は？
- ⑥何かにつけ痛いという県は？
- ⑦同じことばかりでいやになると呼ばれる県は？ (坪井智子)

ごみゼロ！(5/30~6/5) ごみ減量・リサイクル推進週間

釣り人みなで、ゴミ拾い 足守公民館・福祉交流プラザ大井 共催
海ゴミ・川ゴミ、誰のせい!? ~美しい足守川を守ろう~

釣りが趣味で、魚を守る活動から海洋汚染についても学ばれ、ほぼ毎日、プラスチックごみ回収と調査活動を行っておられます。

【日 時】5月8日(月) 10:00~12:00

【講 師】平井 雅明さん(環境保護団体「釣り人みなで、ごみ拾い」代表)

【受講料】無 料 【対 象】どなたでも

【申 込 み】足守公民館まで、電話または直接お申込みください。

さんかくウィーク(6/21~27) 男女共同参画推進週間事業

シルバー世代の生き生きコミュニケーション
~“怒りの感情と上手に付き合う”はじめの一步~

「歳をとると怒りっぽくなる」…?ご家族のこと、ご自身のこと、気になることはありますか? おだやかな心でコミュニケーションをとることができると、お互い気持ち良いですね♪

【日 時】6月12日(月) 10:00~12:00

【講 師】森田 恵子さん(おかやまアナウンス・ラボ(株)代表取締役)

【受講料】無 料 【対 象】どなたでも

【申 込 み】足守公民館まで、電話または直接お申込みください。

「行政相談」(行政相談委員による無料相談)

4月14日(金)10時~12時 6月16日(金)10時~12時
福祉交流プラザ大井にて

「悩みごと相談室」(人権擁護委員による無料相談)

5月18日(木)10時~15時 足守公民館にて

食器のリユースコーナー

【集める期間】6月9日(金)~15日(木)

【持ち帰り期間】6月16日(金)~30日(金)

お家で眠っている食器はありませんか?

まだ使える食器、捨てるのはもったいない! **ごみ減量・リサイクル推進週間**にあわせて食器の交換会(持ち帰りのみも OK)を実施します。

*ご提供いただける方は、きれいにして公民館までお持ちください。*破損・汚れのあるものは受け取れません。*持ち帰る人がいない場合は、持ち込まれた方に終了後、引き取っていただきます。

公民館はこんなところ!

公民館は「出会う・つながる・学び合う・活躍する」場です。

公民館の主役は、みなさんです。

「子育ての仲間をつくりたい」「老後を安心して暮らしたい」「環境のために何かできることは?」「退職後、地域で仲間と何かしたい」「地域の防災について考えたい」…。暮らしや地域の中で課題と思うことを取り上げて学習したり、自分たちで趣味のクラブ講座を作って学んだりすることができます。こうした活動を通じて、仲間づくりや絆、つながりができると同時に、学んだことを地域に還元するための拠点にもなります。

足守公民館クラブ講座

公民館だより2月号でご案内した、クラブ講座一覧に変更がありました。

●大人の英会話

第1~4木曜 13:00~14:50

講師:Jordan Fultz

●ABCであそぼう(小学4~6年生対象)

第1~4土曜 10:20~11:00

講師:Jordan Fultz

募集中!!

クラブ講座はいつからでも入会できます。お気軽に見学にいらしてください。クラブ講座一覧表は、ホームページなどでもご覧いただけます。

「北市民健康づくり足守会議」

足守中学校区の「赤ちゃんから高齢者にいたるすべての人の健康づくり」を目的に、『健康市民おかやま21』を推進するため、平成14年9月に足守会議が発足しました。平成25年度には『健康市民おかやま21(第2次)』が策定され、足守会議では「地域住民の健康づくりを支え、健康寿命が延び、みんなが自分らしく生きられるまち」を目指して活動しています。ニュースレターを作成し健康情報を発信したり、ええとこ発見図を使ったウォーキング大会、各地区で「OKAYAMA!市民体操」を行ったりしています。

<足守会議構成メンバー> 愛育委員会、栄養改善協議会、連合町内会、御津医師会、吉備歯科医師会、あおぞら在宅介護支援センター、大井児童館、福祉交流プラザ大井、岡山市社会福祉協議会、地域包括支援センター、北区北保健センター、足守公民館

足守中学校区 防災・減災講座

「足守公民館が避難所になったら」

主催講座報告

足守中学校区防災会議共催

2月19日(日)足守公民館で避難所開設・運営訓練を行いました。公民館が避難所になる場合は支援が必要な方のための避難所になります。南海巨大地震と避難所についてビデオ映像で学んだあと、老人ホームケアハウスあしもり施設長の濱田さんと職員による要支援者を誘導する基礎を学びました。その後、参加者は避難者(支援が必要な方とその家族)と、運営者(避難所を開設・運営にわかれて、受付・誘導を体験)の組み合わせで、公民館が避難所になる場合の支援が必要な方のための避難所になります。南海巨大地震と避難所についてビデオ映像で学んだあと、老人ホームケアハウスあしもり施設長の濱田さんと職員による要支援者を誘導する基礎を学びました。その後、参加者は避難者(支援が必要な方とその家族)と、運営者(避難所を開設・運営にわかれて、受付・誘導を体験)の組み合わせで、公民館が避難所になる場合の支援が必要な方のための避難所になります。



↑役割にわかれて体験!

★足守中学校区防災会議は3月に一度、地域の防災について学びを深める活動をしています。メンバーは多士済々。ご興味を持たれた方は、お気軽に公民館までお問い合わせください。

ちょっと気分転換の答

- ①北海道、沖縄県 ②栃木、群馬、埼玉、山梨、長野、岐阜、滋賀、奈良の8県
③岡山、山口、鳥取(島の字が付かない)
④山梨県 ⑤長崎県(名が先) ⑥大分県 ⑦秋田県
いかがでしたか?次回もお楽しみに~♪

