足守公民館だより

第194号　発行:岡山市立足守公民館　2026年9月30日(水)
〒701-1463 岡山市北区足守718 電話・FAX(086)295-1942
Eメールアドレス ashimorikouminkan@city.okayama.jp

ホームページはこちらから↓　Instagramはこちらから↓

第57回 足守文化祭

足守文化祭
マスコットキャラクター
“あしもりメロンくん”

主催:足守文化祭実行委員会・足守公民館

展示の部 10/24(土)10/25(日)

足守公民館 会場 10:00～15:30

華道(池坊)・華道(勅使河原和風会)
・足守山野草の会 ※順不同

【主催講座(えほんのもり他・その他のクラブ紹介】

足守小学校体育館 会場

楽しい絵手紙・パッチワーク・神楽面・撫川うちわ・足守古文書勉強会・水墨画・水彩画・竹細工・こども書道クラブ・大人のペン習字・近水カメラクラブ・油絵・北市民健康づくり足守会議・切り絵・木のアート
【学校】足守中学校・足守小学校・蛍明小学校・ももその学園(パステルランプ) ※順不同

ほっと一息コーナー

- **公民館カフェ** 公民館2階ロビー
  10/24(土)10時～15時 (14時30分オーダーストップ)
  コーヒー・紅茶・ジュース　1杯100円(お菓子付き)
- **道正先生の料理教室** 公民館2階料理講座室
  10/25(日)12時ごろ～120 セット 売り切れ次第終了
  ケーク・サレ(野菜ケーキ)販売　2個セット400 円
- **あしもり みんなの食堂 みらい** 公民館2階ロビー
  10/25(日)10時～15時 (14時30分オーダーストップ)
  バリスタコーヒー 300円 (お菓子付き)
  紅茶・ジュース　1杯100円(お菓子付き)
- **ももぞの福祉園** 公民館玄関横
  10/24(土)10時～15時30分
  パンパン菓子、米、花の苗など販売

発表の部 足守小学校体育館 ステージ

時間は前後する場合があります。

10/24日(土)13:00～15:30

No.	出　演	発表予定時刻
1	大正琴(琴伝流)	13:00～
2	コーラス桜花	13:30～
3	オカリナ虹	14:05～
4	尺八(明暗流)	14:35～
5	日本舞踊(藤美会)	14;55～
6	総踊り(大井二面音頭)	15:25～

10/25日(日)10:00～15:30

No.	出　演	発表予定時刻
1	足守中学校音楽部	10:00～
2	光世流近水吟詩会	11:00～
3	きもの着付け	11:30～
	― 休 憩 ―	12:00～
4	大井 HipHop ダンス教室	13:30～
5	フォークギター	14;00～
6	日本舞踊 若柳流	14:40～
7	鷺照吟詠会	14:55～
	― 閉 会 式 ―	15:25～

★駐車場は、足守小学校運動場をご利用ください(雨天時は小学校グラウンドが使用できないため、足守川河川敷へ)
★10／22 (木) ～10/26 (月) の間 文化祭準備・片付のため、足守公民館および足守図書館の通常業務は行いません。
予約本の受け渡しも休止します。ご了承ください。

足守公民館主催講座のご案内

あしもり　子育てサロン

子育て中、子どもを連れてふらっと行ける場所、おしゃべりできる大人の友達、気楽にちょっと相談できる専門家助産師の**東海林みゆきさん**と一緒におしゃべりしながら、ふんわり ゆったり実家のように過ごしてみませんか？

【日 時】10 月1日(木) ・11 月5日(木)10時～11時半
【対 象】就学前の子どもと保護者・妊婦さんも
【定 員】5組　　【参加費】無料
【申 込】足守公民館へ電話または来館

公民館カフェ

おしゃべりしたり、歌を歌ったりしましょう！

10月5日(月)・11月2日(月) 10時～11時30分
【参加費】コーヒー、紅茶、お茶 1杯100円(お菓子付き)
＊11月2日は「炊き込みご飯」を販売します。(250 円)
【申 込】 不要

支えるみんなの活動講座

～岡山市生活・介護支援サポーター養成講座～
共催:岡山市社会福祉協議会 北区北事務所

これから地域デビューを考えられている方、地域で活動されている方を応援する講座です！

◆10月10日(土)13時30分～15時30分
【内 容】高島公民館で中高生が活躍している「高島地域づくり隊」の報告など
【講 師】岡山市公民館振興室 小槇祐子さん

◆11月7日(土)13時30分～15時30分
【内 容】学び楽しむことは最高の認知症予防～コーヒー編
＊サロンで取り組める体操も紹介します！
【講 師】理学療法士・コーヒーソムリエ 安田翔太さん
【定 員】20人
【申込み】足守公民館へ電話または来館

スマートフォン教室

◆10月17日(土) 10時～11時30分
【内 容】Chat GTP を使ってみよう！
◆11月21日(土) 10時～11時30分
【内 容】Chat GTP を使ってクリスマスカードを作ろう
【講 師】スマホの保健室(移動通信端末診断士)のみなさん
【定 員】各回10人　　【受講料】無料
【持ち物】スマートフォン、筆記用具、メモ帳
【申 込】足守公民館へ電話または来館　＊事前申し込み歓迎

足守ことぶき教室

◆10月19日(月) 10時～12時
【内 容】**「アフリカのラメラフォン 及び その音楽文化について」**
【講 師】ノートルダム清心女子大学准教授 松平勇二さん

◆11月13日(金) 8時30分～17時30分
【内 容】**研修バス旅行～兵庫県たつの市～**

<行 先>龍野歴史探訪～龍野歴史文化資料館
・うすくちしょうゆ資料館・最上山公園など～
【参加費】**10,000 円**(バス代、昼食代、入場料、保険料等)
＊会員以外の方も歓迎！足守公民館へお申し込みください

「足守ことぶき教室」の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〉1,000 円 (10月以降入会の方、郵送料など)
＊お申し込みは年会費をそえて公民館まで
＊毎回の講座前に、ご案内葉書を送付します

あしもりウォーク★2時間程度歩きます

◆10月20日(火)
9時30分公民館出発、10時現地集合
【行 先】山上エコ交流館付近
【申込み】10月13日(火)までに

◆11月17日(火)
9時30分公民館出発、10時現地集合
【行 先】星の村公園から星神社
【申込み】11月10日(火)までに
【集 合】公民館9時または9:30集合
【参加費】両日とも保険代50円(当日現地で集金)
【申込み】公民館へ電話または来館

えほんのもり

◆10月31日(土) 10時～11時
【テーマ】**ハロウィーン**～クイズでたのしもう～
絵本の読み聞かせなど

◆11月28日(土)
絵本の読み聞かせや工作など
【参加費】 無料
【申込み】準備のため、できるだけ2日前までに足守公民館へお申し込みください。

『足守図書館』併設。貸出には市立図書館の利用者カードが必要です。(当館で発行可、住所確認できるものをご持参ください。)

あしもりみんなの食堂 みらい

昼食を一緒に食べるだけでなく、調理にも参加できるよ！ゲームや福祉ネイルも同時開催！

11月8日(日) 10 時～14 時

【メニュー】炊き込みご飯、千屋牛の肉吸、デザート他
【対 象】子どもから大人(小学生未満の人は保護者同伴で)
大人だけでも参加できます。【定員】40 人
【参加費】18 歳以上の方300円、コーヒー100円
【同時開催】福祉ネイル（実費要）
【申込み】公民館へ電話または来館

＊必ず事前にお申し込みください！

あしもりシネマ

11月21日(土)13時30分～15時

【上映作品】**「レンタル×ファミリー」**
（2024年アメリカ・日本共同制作110分）

【あらすじ】東京で暮らす落ちぶれた俳優・フィリップ。日本での生活の居心地良さを感じながらも、本来の自分自身を見失いかけていた。そんな中「レンタル家族」として他人の人生を演じる仕事に出会う。

＊参加無料・当日参加 OK
（できれば事前にお申込みを）

健康講座　主催：北市民健康づくり足守会議

「健康についてのミニ講話と運動の実践」
12月4日(金) 13時30分～15時

【講 師】特別養護老人ホーム憩いの丘 理学療法士
小寺 剛志 先生
【会 場】福祉交流プラザ大井
＊駐車場は旧大井小学校運動場です。
【対 象】どなたでも　【参加費】無料
【持ち物】飲み物
【申 込】福祉交流プラザ大井へ
電話(086-295-2140)、または来館

園芸講座～お正月の寄せ植え～

12月11日(金)13時30分～15時

【講 師】岡山市公園協会職員 熊瀬徳輝さん
【受講料】無料　【定員】12人
【材料代】苗、鉢、土代等実費 2,000 円(当日集金)
＊11月28日以降のキャンセルは材料代をいただきます。
材料は12月12日以降お持ち帰りください。
【準備物】手袋、持ち帰り用ナイロン袋(大)または箱
【申込み】11月27日(金)までに、足守公民館へ

みんなでできる！

食品ロス削減 料理講座

12月25日(金) 10時～13時
【内 容】食材を丸ごと使っておせちを作ろう！
1月22日(金) 10時～13時
【内 容】冬野菜を使って元気に！体を温めよう！

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

【講 師】食育インストラクター 畠瀬登美子さん
【受講料】無料　【定員】12人
【材料代】1,000 円程度(当日集金)
＊各4日前までに足守公民館へお申し込みください。
以後のキャンセルは材料代をいただきます。
【準備物】エプロン、三角巾、ふきん、マスク、タッパー、
食材(あればご提供ください)

生活サポートチームねこの手

日常生活でのちょっとした困りごと(庭の草取り、買い物代行、電球交換、ゴミ出しなど)をサポーターがお手伝いします。足守公民館へお申し込みください。
【対 象】足守中学校にお住いのおおむね80歳以上の
高齢者世帯の方
【活動時間】最大1時間程度
【協力金】1時間当たり作業内容によって100円～500円
（実費が必要な場合はプラス実費が必要）
※厳寒時の屋外作業や年末年始は活動を休みます。

お気軽に公民館へご相談ください！

その他の主催講座

足守笑顔教室(体操) ★毎週金曜日・10時～11時
10月2日、9日、16日、30日（23日は休み）
11月6日、13日、20日、27日

足守ふれあい元気教室 ★毎月1回 火曜日
10月6日、11月10日　10時～12時

パソコン学習会 ★毎月 ・ 第2・4火曜日 ・ 10時～12時
10月13日、27日、11月10日、24日

プログラミングと電子工作クラブ ★毎月 第3日曜日
10月18日、11月15日　15時～17時

おみずサロン ★毎月1回 木曜日 ・ 10時～12時
10月29日、11月26日

☆ 暴風・大雪警報・特別警報等が発令された場合、公民館は通常業務を中止します
☆ 災害時には避難場所になり、市の指定避難所になる場合もあります。

夏休みの思い出

中学生や足守公民館クラブのみなさん、栄養委員さんほか講師のみなさん、こどもたちにいろいろな体験をさせてくださってありがとうございました。今年は蛍明小学校にも出前してもらったよ！

わらべうたであそぼう！

詩や作文を書こう！

茶道に挑戦！お抹茶をたてたよ

水彩画を描こう！

中学生と科学であそぼう！

木育おもちゃの広場

おやこ de クッキング

書道に挑戦！

絵手紙を描こう！

ラテン音楽でリズムダンス(^^♪

地域情報

◆行政相談および人権相談

（行政相談委員と人権擁護委員による無料相談）

10/15(木)10 時～15時

福祉交流プラザ大井にて

◆行政相談（無料相談）

11/13(金)10 時～12 時

足守公民館にて

◆足守メロンまつり

10/18(日) 足守陣屋公園一帯

◆葦の森足守

おさんぽマルシェ 2026

足守町並み保存地区一帯

11/21(土)・22(日)・23(月)

【ご報告と御礼】

本のリユースコーナーを 6 月に設けましたところ、多数のご参加ありがとうございました。残った本は「チャリボン募金」という取り組みに寄付しました。

この取り組みを通じて、この度は、「公益社団法人　日本ユネスコ協会連盟」に3,089 円を寄付することができました。

新しいクラブを開設したい、現在活動中のクラブを継続したいみなさんへ

令和9年度クラブ講座【開設・継続】申請を受付ます！

申込方法 足守公民館にある所定の申請書と受講生名簿を足守公民館へ提出してください。 **※締切：令和8年11月7日(土)17時**

クラブ開設の要件は？ ＊詳細な要件説明書は公民館でお渡しします。

- **学びたい人たちが**自主的・主体的・民主的に企画・運営するものです。
- 社会教育法第 23 条により、営利活動・政治活動・宗教活動はできません。
- 受講料は 1 人1回 2 時間 500 円以内にしてください。
- 原則、月 2 回までの活動にしてください。

＊注意＊　講師からの申請はできません。

公民館で新しい仲間づくり！