

野外活動講座 野草はかせになろう！

みんなで春の野草を探しに行きましょう！羽釜でご飯を炊いて、のこぎりで竹の食器も作ります。手作りの食器に野草の料理を盛り付けたら、美味しさも倍増です♪

- ◆日時 3月9日(土) 10時～13時 ※雨天決行
- ◆講師 花口 光 さん(岡山市自然保護活動推進員)
- ◆集合 花口農園駐車場
- ◆定員 25名(先着順) ※小学2年生以下は保護者同伴
- ◆材料代 子ども200円、大人300円(当日集金)
- ◆持ち物 飲み物、帽子、手ふき、軍手
- ◆申込 3月3日(日)までに公民館へ(電話可)



山南だより

岡山市立山南公民館
〒704-8132
岡山市東区邑久郷 688
TEL/FAX 946-8165

色鉛筆画体験講座

色鉛筆で身近な風景を描いてみませんか

1月のロビー展で好評だった色鉛筆画の体験講座を開催します。色鉛筆は気軽に扱えるそうです。趣味をひとつ増やしませんか♪

- ◆日時 4月7日(日) 10時～12時
- ◆講師 山口 勝也 さん(色鉛筆画家)
- ◆定員 10名(先着順)
- ◆参加費 300円(受講料200円+材料代100円) ※当日集金
- ◆申込 3月31日(日)までに公民館へ(電話可)



山南ふれあい講座 ヨモギ餅づくり

楽しく元気もも太郎体操クラブの皆さんと一緒に、ヨモギ餅を作りませんか。

実は餡にヒミツがあって、〇〇饅頭を使うとか！一緒に春を楽しみましょう♪

- ◆日時 3月26日(火) 10時～12時
- ◆定員 15名(先着順) ※小学生未満は保護者同伴
- ◆材料代 300円(当日集金)
- ◆持ち物 エプロン、ふきん、三角巾、マスク、手拭き
- ◆申込 3月15日(金)までに公民館へ(電話可)



無制限あそび

in 山南公民館

- ◆日時 3月16日(土) 10時15分～11時30分 ※10時～受付
- ◆講師 森廣 美郷 さん(くまの森代表)他2名、宿毛児童館 職員
- ◆場所 山南公民館 実技室
- ◆対象 就学前の子どもと保護者(兄弟は小学生まで可)
- ◆定員 15組(先着順)
- ◆材料代 子ども1人につき/500円(当日集金)
- ◆申込 3月10日(日)までに公民館へ(電話可) ※持ち物については申込時にご確認ください。



ロビー展のご案内

- ◆毛糸でDIYわがままニットクラブ展 2月27日(火)～3月10日(日)
- ◆重光耕治 備前焼細工物展 3月14日(木)～4月1日(月)
- ◆書道・ペン習字展 4月12日(金)～5月7日(火)
- ◆スマホ写真展～私の自慢の1枚～ 4月1日(月)～4月22日(月)

毛糸でDIYわがままニットクラブ チャリティ イベント

- ◆日時 3月10日(日)
- ◆場所 山南公民館 ロビー
- ◆作品販売 10時～なくなり次第終了
- ◆体験ワークショップ スヌード(首巻き)作り 1回500円 <受付時間>10時～15時
- ※日赤の災害義援金へ募金予定

環境整備 ボランティア募集！

岡山山草会の金高正典さんと一緒に公民館の花壇の植え替えを行います。ご協力いただける方は、公民館までお知らせください。

- ◆日時 3月16日(土) ※雨天延期 13時30分～15時30分
- ◆内容 ノースポールとムルチコーシの植付け(予定)

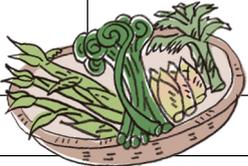
山南公民館 ★Eメールアドレス
★ホームページアドレス
★フェイスブック

sannankouminkan@city.okayama.lg.jp
https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011230.html
https://www.facebook.com/Sannankouminkan



3月 山南地区コミュニティカレンダー

山南地区で行われている活動を中心に紹介しています。

日	月	火	水	木	金	土
					1 ◎おしゃべりサロン ◎一宮げんきクラブ	2 ◎大上なかよし会
3	4 ◎四ッ谷いきいきサロン ◎柿原すみれ会	5	6 ◎さんさん育児相談(要予約) ◎一般健康相談(要予約)	7 ◎運営委員会 ◎すだちの家 パン販売	8 ◎宝伝大師堂友之会 ◎久々井いきいきサロン ◎一宮げんきクラブ	9 ◎野外活動講座
10 ◎糸糸でDIY ワークショップ	11	12 ◎スマホを楽しむ会	13	14 ◎重光耕治 備前焼細工物展 (~4月1日)	15	16 ◎無制限あそび ◎環境整備ボランティア
17	18 ◎シニアのための健康相談(要予約)	19	20 春分の日 ◎一宮げんきクラブ	21 振替休館	22 ◎山南いきいき教室 ◎三歳児健診 ◎久々井いきいきサロン	23
24	25	26 ◎山南ふれあい講座 ◎わんわん いきいきサロン	27 ◎三歳児健診 ◎一宮げんきクラブ	28 ◎1歳6か月児健診	29	30
31						

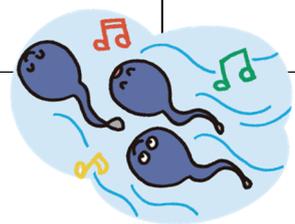
4月

福祉や教育に関する内容に限らず、地域のさまざまな行事やイベントについても掲載していきます。紙面についてのお問い合わせは山南公民館まで(電話946-8165)。

日	月	火	水	木	金	土
	1 ◎スマホ写真展 ~私の自慢の1枚~ (~4月22日) ◎四ッ谷いきいきサロン ◎柿原すみれ会	2 ◎シアター山南	3	4 ◎すだちの家 パン販売	5 ◎おしゃべりサロン ◎一宮げんきクラブ	6 ◎大上なかよし会
7 ◎色鉛筆画体験	8	9	10	11	12 ◎書道・ペン習字展 (~5月7日) ◎久々井いきいきサロン ◎一宮げんきクラブ	13
14	15	16	17 ◎一宮げんきクラブ	18	19	20
21 さんなんファミリー マルシェ	22 ◎山南いきいき教室	23 ◎スマホを楽しむ会 ◎わんわん いきいきサロン	24 ◎一宮げんきクラブ	25	26 ◎久々井いきいきサロン	27
28	29 昭和の日	30				

~各種行事の詳細(予約・時間等)については、こちらへお問合せください~

◎東区保健センター	TEL 943-3210	◎山南公民館	TEL 946-8165
◎東区地域包括支援センター	TEL 944-1866	◎社会福祉協議会東区事務所	TEL 942-3260
◎介護予防センター	TEL 274-5211	◎福祉交流プラザ山南	TEL 946-1543



※中止または延期など変更になる可能性があります。詳しくは各機関までお尋ねください。

スマホを楽しむ会 始めます!

「スマホを楽しむ会」では、楽しく学んだ後に情報交換の時間を取ります。スマホの使い方、アプリの紹介、スマホ写真展の企画、等々。こんな時どうするの?というスマホ初心者の皆さん、スマホを楽しむ会のメンバーになりませんか。

- ◇3月12日(火) 13時30分~15時
講座「上手なスマホカメラの撮り方」+情報交換
- ◇4月23日(火) 13時30分~15時
講座「Googleレンズをマスターしよう」情報交換
- ◆定員 24名(先着順)
- ◆申込 必要(電話可)

スマホで撮影した「私の自慢の1枚」を募集します
 受付期間…3/14(木)~3/29(金)
 詳細は公民館までお問合せください。

おしゃべりサロン

- ◆日時 3月1日(金) 10時~12時
4月5日(金) 10時~12時
- ◆定員 20名(先着順)
- ◆参加費 100円(飲み物代)
- ◆申込 必要(電話可)



シアター山南

『Little DJ 小さな恋の物語』(2007年/日本)
 出演: 神木隆之介、福田麻由子、戸次重幸、
 広末涼子、村川絵梨、松重豊、他

- ◆日時 4月2日(火) 13時30分~16時
- ◆定員 20名(先着順)
- ◆申込 必要(電話可)

※準備・片付けは参加する皆さんと一緒にいきます。
 13時30分から準備を行い、準備ができ次第、
 上映となりますので、ご協力をお願いします。

介護予防教室
山南いきいき教室

共催: 市ふれあい介護予防センター
 4月からは、毎月第4月曜日の
 10時~12時になります。

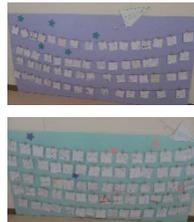
- 3月22日(金)
13時30分~15時30分
座りすぎには要注意!
座位時間を減らして健康に!
- 4月22日(月) 10時~12時
「健やかな身体づくりを始めよう!」
- 対象 おおむね65歳以上の方
- 持ち物 筆記用具・飲み物
- 申込 不要

山南学園の情報コーナー

9年生は1月末から高校進学のために、私立入試、県立特別入試、県立一般入試等の試験を受けています。誰もが通る道とはいえ、生徒達や保護者の方にとって受験(受検)への不安感は大いなものと思います。

そのような時に、素敵な寄せ書きが届きました。1年生から8年生が「卒業メッセージ」や「入試への応援メッセージ」、そして「日頃の感謝の気持ち」を書いた寄せ書きです。

これを見た9年生たちは、どれ程勇気づけられたことでしょうか。多くの仲間達が背中を押ししてくれていると思えるだけで、幸せな気分になり元気をもらえたはず。他の学校にはない、義務教育学校ならではの温かいエピソードになりました。



★ふるさと百人一首の紹介について、今号は休止します

公民館からのお知らせ

- 運営委員会のお知らせ
3月7日(木) 13時30分
- 印刷時のお願
原稿を預かってから、後日お渡しになる場合もありますので、ご了承ください。また、原稿には周りに5㎜程度の余白が必要です。
- 食品トレイ回収について
プラスチック資源分別回収の開始に伴い、公民館での食品トレイ回収は終了となりました。
- 山南さわやか大学について
令和6年度のチラシは、各町内会長のご厚意で、3月末に山南地区全戸に配布予定です。
- 災害義援金について
令和6年能登半島地震の災害義援金募金箱を置いてあります。お預かりした義援金は、日本赤十字社を通じて、被災地の自治体に送金いたします。
- カードゲーム貸し出します
運営委員会で認知症予防カードゲームを購入していただきました。地域の団体へ貸出可能です。どうぞご利用ください。
- 公民館ロビーで、社会福祉法人大樹の会すだちの家の皆さんによるパンの販売があります。
第1木曜日 14時半頃~15時頃
(売切れ次第終了)

◆クラブ活動の様子を見学することはいつでもできます。初めての方も大歓迎です。
 活動日を変更している場合もありますので、見学希望の方は事前に公民館にお問合せください。

令和6年度 クラブ一覽							(令和6年2月15日現在)	
No.	講座名	講師名	曜日	時 間	月額 受講料	定員	備 考	
1	日 本 画	出射 満津子	1・3日	14:00~16:00	1,000円	8	材料代 実費	
2	山南囲碁クラブ(B)	代表者 豊田 裕道	1~4日	14:00~16:00	/	15	リーグ戦、大会時に参加費が必要	
3	ヨ ー ガ	遠 藤 優 子	1~4月	10:00~12:00	2,000円	30		
4	3 B 体 操	浮 田 好 美	1~4月	13:00~15:00	2,000円	15	用具代 3,800円	
5	毛糸でDIY わがままニットクラブ	尾崎 斗糸子	2・4月	13:00~17:00	2,000円	10	材料代 実費	
6	リラックスヨガ	池内 美保	2・4月	19:00~21:00	1,000円	20		
7	山南卓球クラブ(中級)	代表者 小田 邦夫	1~4火	10:00~12:00	/	16	ピン球代 年1,000円	
8	日 本 舞 踊	藤間市寿美裕	1~4火	13:00~15:00	2,000円	10		
9	和太鼓山南土鈍鼓鈍	重 光 耕 治	1~4火	18:00~20:00	2,000円	15	ばち代 実費	
10	楽しく元気もも太郎体操	代表者 藤原 誠一	1~4火	10:00~12:00	/	20		
11	フラワーアレンジメント	朝 倉 良 恵	4火	10:00~12:00	500円	10	花代 月2,500円	
12	山南卓球クラブ(初級)	代表者 木 村 勝	1~4木	10:00~12:00	/	16	ピン球代 年1,000円	
13	絵 手 紙 ク ラ ブ	山 下 方 子	1・3木	13:00~15:00	1,000円	20	材料代 実費	
14	ジュニア3B体操	向井 裕美子	1・3木	17:00~19:00	1,000円	20	用具代3500円程度	
15	傘 踊 り	代表者 小橋 宇喜子	1・3木	13:00~15:00	/	15		
16	パッチワーク・キルト	林 寿 子	1・3木	10:00~12:00	1,000円	10	材料代 実費	
17	山南箏曲&バンド	代表者 児仁井 直美	2木	10:00~12:00	/	15		
18	ペ ン 習 字	片岡 鏡香	2・4木	10:00~12:00	1,000円	15		
19	みんなで楽しむ大正琴	小橋 秀子	2・4木	13:30~15:30	1,000円	15	楽譜代など実費	
20	書 道	片岡 鏡香	2・4木	18:00~20:00	1,000円	15	紙代 実費	
21	笑顔で楽しくストレッチ	赤 堀 静 枝	4木	13:30~15:30	500円	20		
22	山南卓球クラブ(基礎)	代表者 山崎 勝利	1・2・4金	10:00~12:00	/	20	ピン球代 年1,000円	
23	太 極 拳	多 田 玉 恵	1・2・3金	13:00~15:00	1,500円	15		
24	ス ッ キ リ 体 操	田 村 隆 幸	2・4金	15:30~17:30	1000円	30		
25	オカリーナ(たんぼぼ)	藤澤 貴代美	1・3金	13:00~15:00	1,000円	15	ファイル代・コピー代 実費	
26	山南パソコンクラブ	代表者 森 仁 志	1・3土	13:00~15:00	/	20	年会費3,000円 途中入会者は月250円	
27	山南囲碁クラブ(A)	代表者 延 原 弘	1~4土	14:00~16:00	/	15	リーグ戦、大会時に参加費が必要	
28	山南うたごえ広場	小池 芳弘	1土	10:00~12:00	※500円	40	初回は歌集代等必要	
29	押 し 花	石原 節子	2土	10:00~12:00	500円	5	額・材料代 実費	
30	コ ー ラ ス	岡下 愛子	2・4土	10:00~12:00	1,000円	20	楽譜代など実費 (3か月1,000円)	
31	銭 太 鼓	代表者 出井 千枝子	2・4土	13:00~15:00	/	20	銭太鼓、バチ代など実費	
32	男 の 台 所	成 本 公 子	4土	10:00~13:00	500円	15	材料代 月500円	

※人数が多くなれば減額調整する場合があります。

山南公民館だよりは年6回発行しており、各町内会長のご厚意で山南地区全戸に配布していただいています。いつもご協力をありがとうございます。次号は5月1日発行予定です。