

# 第33回 山南公民館まつり

1月 25日(日)  
9:30~15:00

詳細につきましては、別チラシをご覧ください。

皆様のご来館を心よりお待ちしております。

主催：山南公民館まつり実行委員会



本年もどうぞよろしくお願ひします  
あけましておめでとうございます

# 山南だより

## さんなん防災講座

### 住宅火災から命と財産を守る～消防と保険のお話し～

暖房器具の使用や空気の乾燥で住宅火災が多発しています。住宅火災から逃げ遅れないための対策について考えてみましょう。

また、火災保険は大半が加入されていますが、住宅や生活に必要な家財を失う事態に陥れば、損害は甚大です。もう一度火災保険を見直しましょう。

◆日時 2月 10日(火)

13時30分~15時30分

◆講師 岡山市消防局 消防総務部予防課 職員

・佐藤 香名 さん

(ファイナンシャルプランナー)

◆定員 20名(先着順)

◆申込 必要(電話可)

岡山市立山南公民館

〒704-8132

岡山市東区邑久郷 688

TEL/FAX 946-8165

## さんなん自習室

試験前の一週間、公民館の部屋を自習用に開放します。

◆日時 2月 26日(木)、27日(金) 16時~20時  
2月 28日(土) 9時30分~20時

3月 1日(日) 9時30分~16時

3月 2日(月)、3日(火) 16時~20時

3月 5日(木) 14時~20時

◆対象 中学生(山南学園高等部)、高校生

◆申込 不要(ただし、家の人には公民館で勉強することを伝えておいてください。)

★公民館に来たら、事務室に声をかけてください。



## 子育て座談会

### 親子ができる「ながら」ヨガ

お子さんと一緒に「家事をしながら」「育児をしながら」できる、ながらヨガを教えてもらいます。手遊び歌などを交えながら、呼吸法やポーズを楽しく学びましょう♪

日々の生活の中に「ながらヨガ」を取り入れませんか?

◆日時 1月 20日(火) 10時~12時

◆講師 赤松 佐知子 さん(ヨガ講師)

◆定員 就学前の子どもの保護者

10名(先着順) ※子ども同伴可

◆申込 1月 15日(木) までに公民館へ(電話可)



## 野外活動講座

### バームクーヘンを作ろう!

竹を使って、焚火を囲みながら、みんなで大きなバームクーヘンを作りましょう♪

◆日時 2月 14日(土) 10時~13時

◆講師 花口 光 さん

(岡山市自然保護活動推進員)

◆集合場所 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

◆参加費 300円(当日集金)

◆持ち物 飲み物、帽子、手ふき、軍手

◆申込 2月 9日(月) までに公民館へ(電話可)



.....【次回の予告】.....

## 野草はかせになろう!

◆日時 3月 7日(土) 10時~13時

◆講師 花口 光 さん

(岡山市自然保護活動推進員)

※詳細は次号に掲載します



★メールアドレス変わりました。  
登録修正お願いします。

★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.jp (Ig.がなくなりました)

<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011230.html>

<https://www.facebook.com/SannanKouminkan>



# 山南さわやか大学

■ 2月20日(金) 10時～12時  
「せつらうと

（日本快眠協会認定おねむり講師）

2月6日（金）10時～12時  
「好きなことが仕事になつた日  
～ゼロから学んだ私の起業と  
地域とのつながり～」

## 山南学区

## サロン&集いの場 交流会

山南地域のサロンや集いの場で活動している方の交流会です。



- ◆日時 2月9日（月）  
10時～12時
  - ◆定員 20名（先着順）
  - ◆申込 2月5日（木）までに公民館へ  
(電話可)

■ 対象	おおむね60歳以上の方
■ 定員	各回50名（先着順）
■ 材料代	100円（当日集金）
■ 申込	必要（電話可）

■ 定員	20名	(先着順)
■ 参加費	100円	(飲み物代)
■ 申込	必要	(電話可)
※ 山南ふれあい講座は…		

## 2026年カレンダーのリユースコーナー

ご家庭で使わない 2026 年（令和 8 年）新品カレンダー や手帳の有効活用コーナーです。

持ち込み・持ち帰り期間…1月11日（日）まで。

## ロビー展のご案内

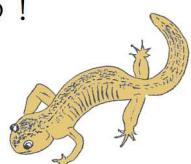
地域の皆様の日頃の成果を発表する場として、公民館のロビーをぜひご活用ください。

◆横山臺代子 刺し子展

12月23日(火)~1月20日(火)

# 自然保護活動 セトウチサンショウウオ 夜の生態観察

絶滅危惧種のセトウチサンショウウオを、  
地域のみんなで守りましょう！ 



- ◆日時 2月17日(火)  
18時30分～

◆集合 花口農園倉庫

◆講師 花口 光さん  
(岡山市自然保護活動推進員)

◆申込 必要(電話可)

- 年末年始（休館日）  
12月28日（日）～1月4日（日）  
閉館時には、資源化物拠点回収所のご利用をお控えください。
- 公民館まつりの開催に伴い、業務の一部を休止いたします。
  - ・ 通常業務の休止  
(クラブ、室賃与、図書利用、ロビー利用)
    - 1月24日（土）～25日（日）  
・ コピー機、印刷機の利用休止
    - 1月17日（土）～25日（日）
- 公民館まつり実行委員会  
1月9日（金）10時～12時  
2月21日（土）10時～12時
- クラブ代表者会  
3月2日（月）10時～12時
- 印刷時のお願い  
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。お急ぎの場合は事前にご相談をお願いします。  
また、原稿には周囲に5mm程度の余白が必要です。
- 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)  
※1月は第3木曜日になります。

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る。いつもご協力をありがとうございます。次号は3月1日発行予定です。

# シアター山南

◆2月3日(火) 13時30分～16時  
『種まく旅人～華蓮のかがやき～』  
(2020年／日本)

＜出演＞栗山千明、平岡祐太、  
木戸田唯香、利根 由樹

◆自選 20名(生姜順)

◆ 足資 20名 (九個順  
◆ 由以 必要 (電話可)

※準備・片付けは参加する皆さんと一緒に行います。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。

続い 験談を、朝日地区自主防災会を考え地域見守り隊の豊田美代子さんに話して頂き、山南公民館長からも経験をお話しました。ボランティアセンターと依頼主とのやり取りの間に、サテライト的に地元町内会が入ると、どれだけ手間と時間が省けるのかが理解できました。今後はサテライト的な地域のボランティアセンターの組織構築が課題となつてきます。

セトウチサンショウウオは一~三回の寒い夜に流れのない水の中へ出てきて産卵し、六月頃まで水中で育つ。そして成体になると土の中で生活するという大変稀少な生物であるが、大宮にはまだ少し生息している。

セトウチサンショウウオ  
ひとし  
人知れぬ　凍てつく夜に産卵し  
いのち  
命をつなぐ

# 初めての方歓迎！ マージャン体験会

頭の体操に！脳トレに！対面で  
マージャンを楽しみませんか。  
初めての方 大歓迎です！

◆日時 2月17日(火)  
3月13日(金)

各回 13 時 30 分～16 時 30 分

## ◆講師 大宮麻雀クラブの皆さん

- ◆定員 各回8名（先着順）
- ◆持ち物 飲み物、筆記用具、マスク（任意）
- ◆申込 2月9日（月）までに公民館へ（電話可）

## さんなん防災を語る会

11月22日に第7回防災を語る会を開催しました。今回のテーマは「災害ボランティアセンター」と地元連合町内会や自主防災会の連携・協働」です。

# 山南い 介護予防教室

## 山南いきいき教室

12月3日(水)の13時30分、14時30分頃まで、山南学園の中庭で山南サポートーズの方にご協力いただけ、生活・集

作業しました。ビオラの苗を植えたプランターは全部で62個できました。並べられたプランターはとても美しく、寒い中頑張った疲れを癒してくれました。山南学園の子どもたちは、地域の皆さんに支えられ、豊かな心に育っています。本当にありがとうございます。いつもありがとうございます。

いつものように、太伯認定こども園と宿毛保育園にもプランターを6個ずつ持つていかせていただきました。

大変喜ばれ、お礼のお電話をいたしました。保幼小中連携と地域連携が整った山南地区はこれからも一層栄えていくと思います。





■ 対象	三一バスホーツに挑戦
■ 持ち物	おおむね65歳以上の方
■ 申込	筆記用具・飲み物
■ 不要	山南ふるさと百人一歩

平成20年度に作成した「山南ふるさと百人一首」。意外と知らない山南学区の魅力を、百人一首で紹介していきます。

# 山南ふるさと百人一首

12月3日(水)の13時30分～14時30分頃まで、山南学園の中庭で山南サポーターズの方にご協力いただき、生活・美化委員の生徒がビオラの苗をプランターに植え付けました。この日は風が強く、肌寒く感じる日でしたが、山南サポーターズの





◆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聞きください。

1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 元日	2	3
	④横山喜代子刺し子展(～1月20日) 12月末は28日(日)から休館となります					
4	5 ④四ツ谷いきいきサロン	6	7 ④一般健康相談(要予約) ④さんさん育児相談(要予約)	8 ④こころの相談(要予約)	9 ④まつり実行委員会 ④一宮げんきクラブ	10
11	12 成人の日 ④柿原すみれ会	13	14	15 ④すだちの家パン販売	16 ④一宮げんきクラブ	17
18	19 ④シニアのための健康相談(要予約)	20 ④子育て座談会	21 ④一宮げんきクラブ	22 ④1歳6か月児健診	23 ④久々井いきいきサロン	24
25 ④公民館まつり	26 ④山南いきいき教室	27 ④大上なかよし会	28 ④3歳児健診 ④わんわんいきいきサロン ④一宮げんきクラブ	29	30 	31 

2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	2 ④四ツ谷いきいきサロン ④柿原すみれ会	3 ④シアター山南	4 ④一般健康相談(要予約) ④さんさん育児相談(要予約)	5 ④すだちの家パン販売	6 ④山南ふれあい講座 ④一宮げんきクラブ	7
8	9 ④サロン&集いの場交流会	10 ④さんなん防災講座	11 建国記念の日	12 振替休館	13 ④久々井いきいきサロン ④一宮げんきクラブ	14 ④野外活動講座
15	16 ④山南いきいき教室 ④シニアのための健康相談(要予約)	17 ④マージャン体験会 ④自然保護活動 (セトウチサンショウウオ 夜の生態観察)	18 ④一宮げんきクラブ	19 ④犬島げんきクラブ ④1歳6か月児健診	20 ④山南さわやか大学 ④3歳児健診	21 ④まつり実行委員会
22	23 天皇 誕生日	24 ④大上なかよし会	25 ④3歳児健診 ④わんわんいきいきサロン ④一宮げんきクラブ	26 ④さんなん自習室 ④1歳6か月児健診	27 ④さんなん自習室 ④久々井いきいきサロン	28 ④さんなん自習室

～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～

④東区保健センター	TEL 943-3210	④山南公民館	TEL 946-8165
④東区地域包括支援センター	TEL 944-1866	④社会福祉協議会東区事務所	TEL 942-3260
④介護予防センター	TEL 274-5211		

※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。

