

出石・鹿田・大元地区の皆さん、こんにちは。
新年度になり、新しい環境でのスタートを切った方も多いのではないのでしょうか。転入してきた方もいらっしゃると思います。**ようこそ桑田学区へ！**
大元公民館では現在 64 の**クラブ講座**が活動しており、いろいろな**主催講座**も始まります。

図書コーナーには約 6,000 冊の本があり、子ども向けの絵本もあります。**貸出もできます**ので、ぜひご利用ください。
何か始めたい時、地域のことを知りたい時、また、お近くにお越しの際はぜひ**公民館へ足を運んで**ください。（職員一同）

生き生きシルバーライフ

日程 6月～3月の第1金曜日 10時～12時
※1月のみ第3金曜日
対象 おおむね 65 歳以上で年間を通して参加可能な方
定員 50 人（申込順） **申込** 窓口・電話で

	日程	内容
1	6月6日	ゲームを通して楽しく学ぼう相続のこと
2	7月4日	防災士リリーのコンサート&防災トーク
3	8月1日	中高生が取り組む海ゴミ調査

※9月以降の予定はチラシをご覧ください。
※10月3日には館外研修を予定しています。
別途申し込みが必要です。
詳しくは、後日お知らせします。

ノルディック・ウォーク基礎講座

2本のポールを効率的に使って、全身運動ができるウォーキングです。ひざや腰への負担も軽く、足腰に自信のない方も気軽に取り組みます。

日程・内容 10時～12時（雨天実施）
5月8日（木） } ノルディック・ウォークの健康
10月23日（木） } への効果や効果的な歩き方を、
11月13日（木） } 実習を通して学びます。
定員 15 人（申込順）
費用 参加費 72 円（保険料・初日に集金）、
ポールレンタル料 300 円（必要な方のみ）
持ち物 ノルディックポール（お持ちの方）、
動きやすい服装、帽子、履きなれた靴、
飲み物、タオル
申込 窓口・電話で



桑田中学校区の支え合い情報

大元公民館のホームページに、サロンや子育てなど桑田中学校区の支え合い情報を掲載しています。サロンの情報はこちらからご確認ください。



子ども囲碁教室

囲碁が初めての人も大歓迎！

日時 第1・3土曜日 10時～12時
※詳しい日程はチラシをご覧ください。
講師 囲碁同好会「大元」の方
対象 小学生（小学生以外の方はご相談ください）
定員 20 人（申込順） **費用** 無料
申込 窓口・電話で
持ち物 A4 紙ファイル（テキスト用）

第47回大元公民館文化祭 参加者募集！

文化祭で歌唱、演奏、踊り等を舞台上で発表していただける個人または団体を募集します。
時間等詳細は公民館へお問い合わせください。
日程：10月11日（土）、12日（日）
会場：大元公民館
対象：市内で文化芸術活動を行っている個人・団体
※切：4月28日（月）

公民館の部屋の仮予約が インターネットからできるようになります

岡山市施設予約システムのリニューアルに伴い、公民館の空き状況の確認や仮予約がインターネットからもできるようになります。
室使用料の支払いも、現金のほかコード決済（PayPay）が窓口で使えるようになります。

空き状況確認：4月1日（火）9:00～（いつでも）
Web 予約受付：4月3日（木）9:30～（開館時間内）
URL：<https://yoyacool.e-harp.jp/okayamacity>

※今まで通り電話・窓口でも予約可。
※免除団体の3か月前、2か月前の予約は回数制限があります。
※Web 予約を利用するには利用者登録等が必要です。詳しくは公民館へお問い合わせください。



施設予約サービス

主催講座

大元公民館主催の学習講座です。窓口・電話・メールでお申込みください。定員になり次第締め切ります。詳しい内容や準備物等については、申込み時にお尋ねください。HP には各講座のちらしも掲載しています。右の二次元コードをご活用ください。



発達障害など支援が必要な 子どもたちの親の会

「なかよしの会」

日程 第1月曜日 10時～12時

※5/5、10/6、11/3は休み

申込 窓口、電話、メールで

（当日参加も可）

内容 子どもの発達支援に関する情報交換や悩み相談をする座談会です。診断の有無に関わらず、お気軽にご参加ください。

子育てひろば 「つながりんく」

日程 第3火曜日 10時～12時

対象 未就学児と保護者

費用 無料(申込不要)

内容 転勤で岡山に来た方や子育ての息抜きがしたい方におすす。子どもを遊ばせながら、地元出身の保健師と子育てや健康の相談をしたり、地域の情報交換をしたりしましょう！

不登校の子どもと家族の 悩みを分かち合う会

「poco a poco☆ポコアポコ」

日程 第3月曜日 10時～12時

定員 10人（各回予約制）

申込 poco a poco LINE 公式より登録してください。詳しくはチラシをご覧ください。

内容 子どもの不登校、行き渋りに悩む保護者の方を対象に、日頃の思いを語り合う会です。

介護予防教室

桑田ふれあい元気教室

日程 第1木曜日 13:30～15:30

※1月は第2木曜日に変更

対象 おおむね65歳以上の方

費用 無料(申込不要)

内容 健康づくりに関わる講話・実技

5/1 タイプ別

便秘解消でお腹から元気に

6/5 深掘り！お口の体操で健康生活

持ち物 筆記用具、飲み物

問合せ 岡山市ふれあい介護予防センター

北事務所 TEL086-251-6517

ふらっと SUN

日程 第2金曜日 10時～12時

対象 未就園児と保護者

費用 無料(申込不要)

内容 親子でふらっと訪れて安心して過ごせる場です。手作りおもちゃやいろいろな遊びを通して子どもの興味・関心を見つけましょう。



楽しいパソコン相談室

日時 第2・3・4土曜日

13:30～15:30

指導 ITボランティア

「ふればそくらぶ」

申込 同じ週の火曜日までに
窓口、電話、メールで

内容 初歩的なパソコンやスマートフォンの操作法についてサポートします。お気軽にご相談ください。できるだけ各自でノートパソコンやスマートフォンを持ち込んでください。



クラブ講座のご案内

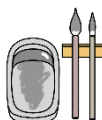
令和7年度のクラブ講座案内ができました。公民館の窓口やホームページでご覧いただけます。現在64クラブが活動しています。見学や体験（要予約）もでき、空きがあればいつでも入会できます。詳しくは公民館へお問い合わせください。

ロビー展のお知らせ

源氏物語 書道展（漢字書道クラブ）

期間：4月12日（土）～4月26日（土）

場所：大元公民館 1階ロビー



資源化物の回収について

回収日時 公民館開館日の
9:30～17:00（時間厳守）

※水曜日、祝日、年末年始は休館

回収品目 空き缶、空きびん、
蛍光管、スプレー缶

※ペットボトル、乾電池、食器、電球、LED等
は回収できません。

※事業者の方のものは回収できません。