

令和8年度 津高シネマ (年間スケジュール)

【対象】どなたでも 【申込】不要



日時	作品名	内容
5/26 (火) 13:30~	アルジャーノンに花束を	1968年 アメリカ映画 (104分) 知能実験で人生が変わっていく青年の物語を描いた作品。
6/23 (火) 13:30~	そして父になる	2013年 日本映画 (120分) 子の取り違えから、家族の意味を問う物語。
7/28 (火) 13:30~	土と兵隊	1939年 日本映画 (119分) 戦時中、現場での日常を淡々と描いた兵士達の記録。
8/25 (火) 13:30~	誰がために鐘は鳴る	1943年 アメリカ映画 (170分) 内戦下で使命を背負う米兵ジョーダンの愛の物語。
9/29 (火) 13:30~	失われた週末	2020年 アメリカ映画 (94分) 酒に溺れる男の苦悩と破滅の日々を描いた作品。
10/27 (火) 13:30~	マダム・イン・ニューヨーク	2012年 インド映画 (134分) 英語コンプレックスを克服し輝く専業主婦の物語。
11/24 (火) 13:30~	晩春	1949年 日本映画 (108分) 娘の婚礼を見送る父の沈黙を描いた作品。
12/22 (火) 13:30~	素晴らしき哉、人生!	1946年 アメリカ映画 (97分) 1人の人生が人々をつなぎ世界を救う奇跡の物語。
1/26 (火) 13:30~	奥様は魔女	1942年 アメリカ映画 (102分) 魔女の妻と人間の夫との結婚生活を描いた喜劇。
2/16 (火) 13:30~	くちづけ	2013年 日本映画 (123分) 7歳児の心を持つ女性が、仲間と試練に挑む物語。
3/23 (火) 13:30~	百万長者と結婚する方法	1953年 アメリカ映画 (99分) 結婚を巡って恋と策略が交錯する喜劇。

津高ふれあい元気教室

健康づくりのための軽い運動や、講話を行います。

- 【日時・内容】 5月19日(火) 13:30~15:30 「深掘り!お口の体操で健康生活」
- 【日時・内容】 6月16日(火) 13:30~15:30 「おうちでできる!らくらくゴムチューブ体操」
- 【日時・内容】 7月21日(火) 13:30~15:30 「足をケアして元気に歩ける足づくり」

【対象】 おおむね65歳以上の方 【定員】 30名程度 【受講料】 無料  
【持ち物】 筆記用具、上履き、飲み物 【申込】 不要



共催:ゆるりふらっと町づくりプロジェクト ゆるりふらっと介護カフェ

認知症になっても「大丈夫」と思える地域でありたい、そんな思いから始まりました。ミニ講座やオリジナル体操を行います。コーヒーや季節のドリンクを飲みながら、一緒にお話しませんか。介護相談や健康相談にも対応いたします。

- 【日時・内容】 5月21日(木) 14:00~16:00 「フレイル・足圧バランス測定会」
- 【日時・内容】 6月18日(木) 14:00~16:00 「ゆるふら若返り体操」
- 【日時・内容】 7月16日(木) 14:00~16:00 「筆ペンで遊ぼう♪」

【講師】 介護支援専門員、介護福祉士、健康運動実践指導者、作業療法士、保育士など  
【対象】 どなたでも 【定員】 20名程度 【参加費】 200円(お茶代) ※当日集金  
【申込】 必要 (津高公民館または、ゆるりふらっと町づくりプロジェクト)



【各講座の申込方法】 電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-294-4222  
〈開館時間〉9時30分~21時 (日曜日は~17時) 〈休館日〉水曜・祝日 (水曜と祝日が重なる場合は翌日木曜日)

パソコン相談室

【日時】 5/16(土)、6/20(土)、7/18(土)  
13:30~15:30 (事前の予約必要)  
パソコン相談室は7月をもって閉講します。  
長い間ご利用いただき、ありがとうございました。

共催:公益財団法人岡山市公園協会 緑化推進課  
庭木の手入れ

道具の使い方や剪定の手順、病害虫の対策や日常管理のほか、ツツジやアジサイの花後の手入れについてお話しします。実際に公民館の庭木を使って切り方を実践します。

【日時】 6月5日(金) 13:30~15:00

【対象】 どなたでも

【定員】 15名(先着順)

【材料代】 200円(当日集金)

【持ち物】 筆記用具、作業用手袋、あれば剪定鋏

【申込】 5/1(金) 9:30~ 受付



さんかく岡山・DV防止 啓発パネル展

<DVってなに?>、<デートDVってなに?>、<DVと児童虐待>など、DV防止に関するパネル展を開催します。岡山市の支援制度についても紹介しているので、ご来館の際には是非お立ち寄りください。

【展示期間】 6月4日~6月18日

津高公民館 職員の異動のお知らせ

お世話になりました

夜間事務 安田 久司

令和8年3月末をもって退職することとなりました。令和に改元された5月に採用になってから6年11ヶ月、来館される地域の皆様に暖かく見守っていただき、無事勤めることができました。感謝申し上げます。大変お世話になりました。

皆様のご多幸と地域の益々のご発展を祈っております。

よろしくお祈りします

夜間事務 杉本 卓司

安田さんの後任の杉本と申します。公民館の中はこんなに広いのかと、部屋の把握すらできておらず、ご来館の皆様にも教を乞いながらスタートしています。どうか温かくご指導をいただき、皆様の役に立つ者に育てていただきたいと思います。趣味はウクレレ、低山歩き、囲碁ジム通い、アニメ。あと卓球もできます。

【各講座の申込方法】 電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-294-4222  
〈開館時間〉9時30分~21時 (日曜日は~17時) 〈休館日〉水曜・祝日 (水曜と祝日が重なる場合は翌日木曜日)

ホテルを見る会2026

ホテル学習を通して、地域の環境について考えてみませんか。日程はホテルの状況に合わせて決定します。日程が確定次第、ご連絡させていただきます。

【日程】 5月下旬~6月上旬の夜(予定)

※詳しくはチラシをご覧ください

津高公民館  
マスカットギャラリー展

5月12日~6月12日 心身健康ヨガ

呼吸法や瞑想・ヨガなどでストレスを解消する心身健康ヨガです。

7月4日~8月1日 子ども絵画  
子どもが自由に楽しく絵を描く、絵画教室です。

学生ボランティア メンバー募集!

学生のみなさんのアイデアをより積極的に取り入れていくため、今年度から活動日を毎月第2土曜日 13:30~15:00として企画会議を開催します。参加は自由。また、企画会議に出席できなくても、活動日に都合がつけば、参加OKです。メンバーの募集は年間を通じていつでも受け付けています。

- 【日時】 5月9日(土) 13:30~15:00
- 6月13日(土) 13:30~15:00
- 7月11日(土) 13:30~15:00

【持ち物】 筆記用具、上履き  
【申込】 必要 (二次元コードでも可能)

