

# 施設GUIDE ガイド

申し込み記号については、13ページを参照ください。

## 岡山シティミュージアム

〒700-0024 北区駅元町15-1  
☎086-898-3000 ㊟086-898-3003  
✉okayama-city-museum@city.okayama.lg.jp  
開館時間 10時～18時  
休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）  
※8月14日・21日・28日は開館

### 特別展「ティラノサウルス展 ～T. rex 驚異の肉食恐竜～」

本展では、岡山初公開のティラノサウルスの全身復元骨格を展示！ティラノサウルスの生きた姿を体感できるロボットやデジタルコンテンツも紹介します。

暴君竜の名にふさわしい「T. rex」の生態や能力など、最新研究を交えながらその秘密に迫ります！

期間 9月3日(日)まで

費 一般1,500円、小・中・高校生1,000円、未就学児（3歳以上）500円



▲ティラノサウルス

### 恐竜博士とめぐるギャラリートツアー

日 8月11日(祝)①10時30分～11時30分  
②13時30分～14時30分

費 要覧会入場券 他 展示室内オリジナル恐竜キャンドルを作ろう！

日 毎日10時～16時30分 費 1,210円～

他 5階グッズ販売コーナー

### 第111回 ミュージアム講座

「紙で作る古代生物」

日 8月17日(休)14時～15時30分

内 型紙を切って貼って、古代生物の紙模型を作る

対 小学生以上（低学年は要付き添い）

定 15組 持 持ち帰り袋

申 氏名、電話番号を㊟で8月1日の10時以降に

(広告)

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。岡山市が推奨等をするものではありません。

(広告)

## 岡山シンフォニーホール

〒700-0822 北区表町一丁目5-1  
☎086-234-2001 ㊟086-234-1968  
開館時間 9時～17時（催事により22時）  
休館日 第2・4火曜（祝日の場合は翌平日）

### 岡山市ジュニアオーケストラ

#### 第59回定期演奏会

日 8月13日(日)15時開演

費 一般1,000円、高校生以下500円（全席自由）

出演 米田覚士（指揮／岡山市ジュニアオーケストラOB）、藤井虹太郎（トランペット／ソリスト／岡山市ジュニアオーケストラOB）

演目 March'05（小六禮次郎）、弦楽のための三楽章（芥川也寸志）、トランペット協奏曲（アルチュニアン）、交響曲第8番（ベートーベン）ほか

### 日本歌曲塾in岡山 塚田佳男公開レッスン聴講者募集 ～日本歌曲の第一人者による緻密で情熱的なレッスン～

日 8月19日(土) 1部＝13時45分～16時、2部＝16時15分～18時30分、3部＝18時45分～20時15分 費 1,000円 申 8月16日までに

## 足守プラザ

〒701-1463 北区足守979  
☎086-295-0001 ㊟086-295-2722  
開館時間 9時～16時30分  
休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）

### 体験教室「タイルを貼って作ろう」

日 8月中の開館日①9時30分～②12時30分～③14時30分～（制作時間90分まで）

定 各回8人（鏡は限定30点）

費 鏡＝2,090円、写真立て＝1,040円

申 ㊟で事前に

他 作品は当日持ち帰り。大きさは、鏡＝21×26cm、写真立て＝16×21cm

### 木工教室「お家の小物入れを作ろう」

日 8月19日(土)①10時～②12時30分～③14時30分～（制作時間90分まで）

定 各回10人 費 1,040円 申 ㊟で事前に

他 作品は当日持ち帰り

## オリエント美術館

〒700-0814 北区天神町9-31  
☎086-232-3636 ㊟086-232-5342  
✉orient@city.okayama.lg.jp  
開館時間 9時～17時  
休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）

### 館蔵品展

「シティ・ライフのはじまり、オリエント」

期間 9月3日(日)まで

入館料 一般310円、高校・大学生210円、

小・中学生100円、65歳以上無料

※9月3日(日)は入館料無料

### 小企画展「オリエントの青」

期間 9月3日(日)まで

費 館蔵品展と共通

### 学芸員ギャラリートーク

日 8月12日・26日の各土曜14時～15時

費 入館料のみ

### ワークショップ

「青をテーマにしおりをつくろう！」他

日 8月5日(土)・12日(土)・19日(土)、9月2日(土)・3日(日)の各日①10時30分～11時30分②13時30分～14時30分

費 入館料のみ ※9月3日(日)は無料

### 「缶バッジをつくろう」他

日 8月11日(祝)・20日(日)の各日①10時30分～11時30分②13時30分～14時30分

費 入館料+100円/個（材料費）

## 埋蔵文化財センター

〒703-8284 中区網浜834-1  
☎086-270-5066  
開館時間 9時～16時30分  
休館日 日曜、祝日

### 子ども講座

「金属をとかして鏡をつくろう」

日 8月19日(土)①9時～②13時30分～

内 低い温度で溶ける金属を鑄型へ流し込んで、磨いて、5cmくらいのミニチュア鏡を作る 対 小・中学生と保護者

定 各回4組 費 300円

持 ぞうきん、ハギレ、発泡トレイ

申 同センターへ㊟で8月7日以降に

他 汚れてもよい服装

**庭木の手入れ、見積無料 庭木1本から大歓迎!!**

**お庭のお困り事なら!**

剪定・伐採・草刈・防草/害虫対策など

料金 剪定:高さ3m未満2800円(税込)～  
目安 草刈り:1㎡180円(税込)～

お庭の管理専門店 / 一級造園技能力士 吉田昌良

**ミナン緑地** お問い合わせTEL090-8364-1034  
岡山市北区今保39-8 TEL (086) 241-6145

**人生100年時代 CFP®・AFP認定者があなたをサポートします**

役立っ **セミナー情報** 詳細はHPでご確認ください!

日本FP協会岡山支部 〒700-0904 岡山市北区柳町1丁目1-1 住友生命岡山ビル8F  
TEL 086-227-2824 https://www.jafp.or.jp/shibu/okayama

CFP®は米国外においては Financial Planning Standards Board Ltd. (FPSB) の登録商標で、FPSB とのライセンス契約の下に、日本国内においては NPO 法人日本 FP 協会が商標の使用を認めています。※AFP 認定者 (日本 FP 協会認定)

記号説明

日 日時

期 曜日

時 時間

場 場所

内 内容

講 講師

対 対象

定 定員

費 費用など

持 持ち参品

申 申し込み

他 その他

## 日応寺自然の森スポーツ広場

〒701-1131 北区日応寺200

☎086-294-4670 FAX086-294-7153

開園時間 9時～17時

休園日 月曜(祝日の場合は翌平日)

### 硬式テニス教室(全10回)

日 9月5日～10月13日の毎火・金曜10時～12時(9月19日(火)・10月10日(火)を除く。雨天時は振り替え)

対 初級・中級の成人(初心者可)

定 先着25人

費 8,500円(全10回分・保険代含む。初日に集金)

持 硬式テニスラケット、テニスシューズなど

申 住所、氏名、年齢、電話番号を☎☎☎・☎☎☎で8月29日までに

## 男女共同参画社会推進センター「さんかく岡山」

〒700-0822 北区表町三丁目14-1-201

☎086-803-3355 FAX086-803-3344

☒sankaku@city.okayama.lg.jp

電話対応時間 9時30分～20時(日曜、祝日は17時まで)

休館日 火曜(祝日の場合は翌平日)

### さんかく☆シアター「フラ・フラダンス」

日 8月17日(木)・18日(金)の各日①10時30分～12時20分②13時30分～15時20分

定 各回先着50人

申 事前に☎で

### 未来のリケジョ応援プロジェクト

女の子のためのもっともっと理科が好きになる実験教室(2回)

日 ①8月22日(火)②23日(水)の各日10時～12時30分

場 就実大学薬学部(中区西川原)

内 ①スライム作りで覗くフシギな分子の世界②目指せ!未来のスーパー薬剤師!

対 市内在住の小学4～6年生の女子児童

定 各回先着16人

費 100円(保険代含む)

申 参加費持参で☎☎☎へ8月5日以降に

### さんかくカレッジ前期講座

「女性リーダーから学ぶ～意思決定の場で女性が活躍できる社会のありかたについて考える～」(11月下旬までに全6回)

日 8月26日(土)10時～12時(初回)

定 30人

申 住所・氏名、電話番号、メールアドレスを☎・☎☎・☎☎で8月21日までに

## 岡山城天守

〒700-0823 北区丸の内二丁目3-1

☎086-225-2096

営業時間 9時～17時30分

### 第4回企画コーナー展示

#### 磯田道史先生コレクション展

#### ～殿様たちのアート～

岡山城展示監修者である歴史学者の磯田道史先生からお預かりしているコレクションの一部から、殿様たちの和歌や書、絵などをご紹介します。

日 9月1日(金)までの各日9時～17時30分(最終入場17時)

場 2階展示室企画コーナー



▲池田継政 画 九条兼実(一部) 個人蔵

## 岡山城備前焼工房

〒700-0823 北区丸の内二丁目3-1

☎086-224-3396

営業時間 9時～17時30分

### 備前焼の陶芸教室(初級)

日 ①日曜日クラス(9月3日・10日・17日・24日)②火曜日クラス(9月5日・12日・19日・26日)の各日10時～12時

内 丸皿、長方皿、小鉢、マグカップを手回しろくろで制作 定 各クラス先着4人

費 5,050円(4回分)

申 ☎☎で8月10日～27日の間に

他 初級教室修了後に、希望者には続いて「電動ろくろ教室」を行います。



## 犬島自然の家

〒704-8153 東区犬島119-1

☎086-947-9001 FAX086-947-9303

☒inujima@city.okayama.lg.jp

開館時間 8時30分～17時

休館日 火曜(祝日の場合は翌平日)

### 初心者釣り体験

期 9月18日(祝)(日帰り)

対 小学生以上(小学生は保護者同伴)

定 35人

費 200円 持 釣り道具・エサ、弁当

申 参加者氏名(ふりがな)、学校名

・学年、郵便番号・住所、電話(携帯)番号、イベント名を記入し、☎で8月25日までに

## 環境学習センター「めだかの学校」

〒709-3142 北区建部町建部上609

☎086-722-1231 FAX086-722-3100

開館時間 9時～17時

休館日 火曜(祝日の場合は翌平日)

### ストーンペインティング

日 8月20日(日)10時～12時

対 小学生と保護者

定 先着20人

費 100円 申 ☎☎で

### 親子環境学習サマースクール2023 ②

日 8月26日(土)9時30分～15時

内 ネーチャークワック、うどん打ち、フォトフレーム作り

対 市内在住の小学生と保護者

定 先着30人 費 1,000円

申 ☎☎で7月26日以降に

## 福祉交流プラザ

富原

〒701-1153 北区富原1149

☎/☎086-254-2009

☒plazatomihara@city.okayama.lg.jp

開館時間 9時30分～21時(日曜は17時まで)

休館日 火曜

知ろう 舌の役割、始めよう 舌のトレーニング

日 8月21日(月)10時～11時30分

内 簡単な舌のトレーニングで口を鍛える

申 8月11日までに

おとなのかがく「雨のゆくえ」

日 9月3日(日)10時～12時

内 降った雨はどこへ行く?

申 8月24日までに

他 小学3年生以下は保護者同伴

(広告)

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。岡山市が推奨等をするものではありません。

(広告)



社会福祉法人  
**幸輝会**

介護の事なら何でも  
お気軽にご相談ください

特別養護老人ホーム  
**幸輝園**

特別養護老人ホーム  
**さつき園**

〒703-8228 岡山市中区乙多見 147-1  
幸輝園ケアプランセンター

お問合せ先  
**086-278-5100**



## 相続税の準備は大丈夫ですか?

こんな事で悩んでいませんか?

- ・将来の相続に備えて相談(相続対策)したい!
- ・相続税がかかるのかどうか、何から手続きしたらいいのか分からない!
- ・相続があったのだけど、誰に相談していいのかわからない!

## 相続専門の税理士にお任せください!

相続税・贈与税の **無料相談受付中!!**

まずはお気軽に  
お問い合わせ  
ください。

# ☎086-226-5265

[受付時間/平日 9:00～18:00] ※相談時間は1時間

税理士法人 **吉井財務研究所**

岡山市北区青江一丁目4番16号

お客様の一人ひとりに合った  
的確なサポートをします!

相続 吉井財務 検索



# Public Hall 公民館



申し込みが必要な講座などは、・・で各公民館へ

開館時間：9時30分～21時（日曜は17時まで）

休館日：水曜、祝日

記号説明

日

期

日

時

場

内

講

師

対

象

定

員

費

用

持

申

他

申

込

他

場所	講座名	内容
<b>北公民館</b> 〒700-0081 北区津島東一丁目3-14 ☎/📠086-254-4633	きた♪北ミュージック	📅 8月25日(金)14時～15時 内 ポピュラー、ジャズ、映画音楽などのピアノコンサート 定40人 申必要
<b>上南公民館</b> 〒704-8166 東区君津636 ☎/📠086-948-3352	上南高齢者大学	📅 8月10日(木)10時～12時 内 講演「あなたの肺は元気ですか？」 定30人 申必要
<b>一宮公民館</b> 〒701-1211 北区一宮638-1 ☎/📠086-284-6224	シニアのためのパソコン教室	📅 ① 8月31日(木)13時30分～15時 ② 9月5日(火)10時30分～12時 内 ①スマホ入門 ②LINE入門 定20人 申 8月4日以降に
	子育てサロン「にこっと」	📅 8月28日(月)10時～11時30分 対 就園前の親子
<b>津高公民館</b> 〒701-1144 北区栢谷1677 ☎/📠086-294-4222	2023天体望遠鏡in津高	📅 8月26日(土)19時15分～20時30分 対 小学生以上
<b>吉備公民館</b> 〒701-0153 北区庭瀬416 ☎/📠086-293-2170	ひだまりサロン	📅 8月22日(火)10時～12時 内 夏休み！親子わくわく体験 定先着30人 申必要
<b>興除公民館</b> 〒701-0213 南区中畦589-1 ☎/📠086-298-2660	興除バリスタオープンカフェ「ママ興除 夏の朗読会」	📅 8月26日(土)14時～15時45分 内 ママ興除の朗読とオカリナ<クレッシェンドの演奏 費 コーヒー 1杯100円
<b>足守公民館</b> 〒701-1463 北区足守718 ☎/📠086-295-1942	ちょっとの工夫で食品ロスを削減しよう！	📅 8月25日(金)10時～12時30分 内 夏野菜丸ごと使い切り 対 高校生以上 定16人 費 材料代実費 申必要
<b>操南公民館</b> 〒702-8006 中区藤崎201-4 ☎/📠086-276-7898	週末の夜講座 マインドフルネス	📅 8月18日(金)19時～20時30分 内 一週間の疲れを癒やす方法を学ぶ 定15人 申必要
	防災ミニ運動会～自宅で地震が発生!!避難所まで逃げよう～	📅 8月24日(木)13時～15時 内 地震発生時の自宅から避難所までを想定した防災講座 定30人 申必要
<b>旭公民館</b> 〒700-0806 北区広瀬町3-26 ☎/📠086-224-0515	旭★おもちゃの病院	📅 8月27日(日)10時～14時 内 おもちゃの修理 対 親子 費 実費あり 申必要
<b>東山公民館</b> 〒703-8282 中区平井四丁目13-33 ☎/📠086-276-6202	金星音読会による音楽とおはなしのコンサート	📅 8月17日(木)14時～16時 内 朗読劇、楽器演奏ほか 定50人 費100円 申必要
<b>灘崎公民館</b> 〒709-1215 南区片岡159-1 ☎/📠086-362-0408	灘崎防災フェスティバル	📅 9月9日(土)10時～13時 内 防災体験 会 ウェルポートなどさき1階かしの木ホールほか 申必要
<b>建部町公民館</b> 〒709-3111 北区建部町福渡496-1 ☎086-722-2212 📠086-722-2160	建部大学「大雨災害と天気図の見方」	📅 8月25日(金)13時30分～15時 内 気象台予報官から防災知識と防災気象情報を学ぶ 定40人 申必要
<b>瀬戸公民館</b> 〒709-0861 東区瀬戸町瀬戸54-1 ☎086-952-4146 📠086-952-4163	さんかくカレッジ基礎コース プレ映画会	📅 9月8日(金)10時～12時 内 映画「みとりし」 定100人 申必要
<b>万富公民館</b> 〒709-0841 東区瀬戸町万富257 ☎086-953-0610 📠086-953-0715	シアター万富	📅 8月19日(土)13時30分～15時10分 内 映画「わたしを野球につれてって」 申必要



# Library 図書館



行事の開催・中止は図書館HPに掲載します。

問い合わせは各図書館へ

※祝日が休館日に当たる場合、その翌日も休み（ただし中央図書館を除く）

※参加多数の場合、入室制限実施



**中**

〒700-0843 北区二日市町 56

☎086-223-3373 📠086-223-0093

開館時間 10時～18時（木曜は11時～19時）

休館日 月曜（祝日・振替休日は除く）

【展示】「戦災を免れて～国富家文書が岡山市立図書館に収蔵されるまで」

期間 8月30日(水)まで

にんぎょうげき

📅 8月12日(土)15時～15時40分

なつのおはなし会

📅 8月19日(土)15時～15時45分

高見先生のおもしろ実験教室

📅 8月20日(日)14時～15時30分

対 小学生（2年生までは保護者同伴）

定20人

費200円

申 ・で8月6日以降に

**幸**

〒700-0903 北区幸町 10-16

☎086-234-5188 📠086-234-5189

開館時間 10時～20時（土・日曜は10時～18時）

休館日 月・第2日曜、祝日

【展示】うらじゃ関連展示「うらじゃと演舞」

期間 8月26日(土)まで

内 「うらじゃ」に関連した公式グッズや本の展示

おはなしの会「コヨーテとセミ」ほか

📅 8月12日(土)15時～15時30分

しいたけさんのわくわくおはなし会

📅 8月27日(日)15時～15時30分

えほんのじかん

📅 9月2日(土)10時30分～11時

おはなしの会（ストーリーテリング）

📅 9月3日(日)15時～15時30分

**建部町** 〒709-3111 北区建部町福渡487-1  
☎086-722-4555 086-722-4550  
開館時間 10時～18時  
休館日 月・第2日曜、祝日

おはなし会「きんぎょがにげた」ほか  
8月26日(土)11時～11時20分

**御津** 〒709-2121 北区御津宇垣1629  
☎086-724-1712  
開館時間 10時～18時  
休館日 月・第2日曜、祝日

おはなし会  
8月12日・26日の各土曜14時～14時30分

**西大寺緑花公園** 〒704-8117 東区西大寺南一丁目2-3  
☎/086-943-2298  
開館時間 10時～18時  
休館日 月曜、祝日

デザインからがんを考える  
8月10日(木)13時～15時

40人 申(窓)・(☎)で  
リサイクル工作教室～カラクリ工作

8月17日(木)10時30分～12時 対5歳～  
小学6年生(低学年以下は保護者同伴)

定12組 申(窓)・(☎)で8月1日以降に  
かがく実験教室～海のハーバリウム作り～

8月17日(木)14時30分～16時  
対小・中学生 定12組

費500円(当日集金)  
申(窓)・(☎)で8月1日以降に

夏のこども会  
大型絵本「やさいさん」ほか読み聞かせ、  
工作など

8月26日(土)14時～15時  
申(窓)・(☎)で8月1日以降に

絵本と音楽のミニコンサート  
8月27日(日)15時～15時40分 定20組

申(窓)・(☎)で8月1日以降に

**浦安** 〒702-8024 南区浦安南町493-2  
☎/086-265-6141  
開館時間 10時～18時  
休館日 月・第2日曜、祝日

えほんのじかん  
8月9日・16日・23日・9月6日の各  
水曜14時～14時30分 定各先着5組程度

かみしばいのじかん  
8月20日・9月3日の各日曜11時～11  
時30分 定各先着5組程度

おはなしのじかん  
8月27日(日)11時～11時30分

定先着5組程度

**瀬戸町** 〒709-0856 東区瀬戸町下188-2  
☎/086-952-4531  
開館時間 10時～18時  
休館日 月曜、第2日曜、祝日

おはなし会  
8月12日・19日・26日の各土曜11時～11  
時30分

おはなしの時間  
9月2日(土)11時～11時30分



# Park 公園協会からのご案内



- A 浦安総合公園西地区** 〒702-8025 南区浦安西町148-1 開館時間 9時～17時  
☎086-261-8588 086-262-9589
- B 岡山市半田山植物園** 〒700-0004 北区法界院3-1 開園時間 9時～16時30分  
☎086-252-4183 086-252-2208 休園日 火曜(祝日の場合は翌平日)
- C 操山公園里山センター** 〒703-8234 中区沢田649-2 開館時間 8時30分～17時  
☎086-270-3308 086-270-8353 休館日 火曜(祝日の場合は直後の平日)  
✉sato-yama@okayama-park.or.jp
- D 西大寺緑花公園・百花プラザ** 〒704-8117 東区西大寺南一丁目2-3 開館時間 9時～21時  
☎086-944-8716 086-944-8715 休館日 月曜(祝日の場合は直後の平日)  
✉info-hyokka@okayama-park.or.jp

事前申し込みが必要な場合の手続き(全て先着順)および注意事項など

- A** イベント名、氏名、電話番号を、(窓)・(☎)で8月7日以降に
- B** イベント名に★印があるものは入園料が必要です。
- C** 講座名、氏名、電話番号を、(窓)・(☎)で8月2日以降に
- D** (窓)・(☎)で8月2日以降に ※受け付けは18時まで

イベント名		内容
<b>A 浦安</b>	【公園協会ガーデニング講座】 観葉植物のテラリウム	8月21日(月)13時30分～15時 定先着15人 費1,500円 申必要
<b>B 半田山</b>	観察会 ★四季と自然を楽しむ会	8月10日(木)9時30分～11時30分(雨天決行)
<b>C 里山センター</b>	【公園協会ガーデニング講座】 観葉植物のテラリウム	8月23日(水)13時30分～15時 定先着15人 費1,500円 申必要
<b>D 百花プラザ</b>	押し花の小物づくり	8月19日(土)10時～12時 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定先着15人 費800円 申必要
	【公園協会ガーデニング講座】 観葉植物のテラリウム	8月25日(金)13時30分～15時 定先着15人 費1,500円 申必要



**A C D** 観葉植物の  
テラリウム



**B** 四季と自然を  
楽しむ会



**D** 押し花の  
小物づくり

**灘崎** 〒709-1215 南区片岡186  
☎086-362-5277  
開館時間 9時～17時  
休館日 月・第2日曜、祝日

おはなしのへや  
えほん「とまとさんがね…」ほか  
8月16日(水)14時30分～14時50分  
おはなしのへや  
えほん「たたたん たたたん」ほか  
9月6日(水)14時30分～14時50分

**視聴覚** 〒700-0843 北区二日市町56  
☎086-223-0097 086-223-0093  
開館時間 10時～18時(木曜は11時～19時)  
休館日 月曜、第2日曜、祝日

映画会「四国八十八ヶ所へんろ道を歩くⅡ」  
8月18日(金)14時～ 定60人程度  
名作映画会「シェーン」  
8月27日(日)14時～ 定60人程度  
動画撮影編集教室  
9月9日・16日の各土曜10時30分～16  
時30分  
定16人 申(窓)・(☎)で8月1日以降に



# Center ふれあいセンターからのご案内

休館日 第3土曜  
※ウェルポートなださきから  
のお知らせも含まれます



## 岡山ふれあいセンター

〒702-8002 中区桑野 715-2  
☎086-274-5151 ㊟086-274-5100  
✉o-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## 西大寺ふれあいセンター

〒704-8116 東区西大寺中二丁目 16-33  
☎086-944-1800 ㊟086-944-1801  
✉s-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## 北ふれあいセンター

〒700-0071 北区谷万成二丁目 6-33  
☎086-251-6500 ㊟086-251-6501  
✉k-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## 西ふれあいセンター

〒701-0205 南区妹尾 880-1  
☎086-281-9611 ㊟086-281-9612  
✉n-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## 南ふれあいセンター

〒702-8021 南区福田 690-1  
☎086-261-7001 ㊟086-261-7025  
✉m-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## ウェルポートなださき

〒709-1215 南区片岡 159-1  
☎086-363-5001 ㊟086-363-5011  
✉j\_welp@mx.okayama-fureai.or.jp

- 講座**
- ・申し込みは、講座名、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を 窓☎・〒・㊟・✉ で
  - ・受講の可否は各講座締め切り後はがきでお知らせします。なお、応募多数の場合は抽選、少数の場合は中止になることがあります。
  - ・ときめきプラザ会員は「生涯学習講座受講割引券」を使用できます（一部対象外講座あり）。

講座名		日程・回数	時間	受講料など	締切	
健康啓発講座 「骨粗鬆症を防ぐ生活について」	西	8/20(日)	10:00~11:30	無料	8/7 以降 順次	
	南	8/20(日)	14:00~15:30			
	西大寺	8/27(日)	10:00~11:30			
	北	8/27(日)	14:00~15:30			
	岡山	9/3(日)	10:00~11:30			
楽しく筋力UPトレーニング ☆各曜日とも全11回 ☆9/1から順次開講 ☆お申し込みは、各センターへ	岡山	9/1(金)	9:30~11:30	6,930円	8/21	
	南	9/4(月)	10:00~11:30			
	西大寺	9/5(火)	14:00~15:30			
	北	9/6(水)	14:00~15:30			
	西	9/7(木)	14:00~15:30			
岡山	介護職員初任者研修 ※事前説明会あり(参加必須) ※1		9/5(火)~	詳細はHP参照	5,500円※2	8/10
	岡山市安全安心ネットワーク 地域応援人づくり講座 リーダーコーディネーター養成講座 「地域をまとめて、より良い地域を目指そう！」		9/2(土)	14:00~15:30	無料	8/20
	YORIDORIトレーニング~1回から受講できる運動講座~ ストレッチ&筋トレ		9/15(金)	13:30~14:45	630円	9/5
	点訳ボランティア養成講座		9/26~(火)全10回	10:00~12:00	2,870円※2	9/12
西大寺	季節を感じるちょっといい寄せ植え教室「秋の彩寄せ植え」※3		9/15(金)	14:00~15:00	2,000円※2	8/25
	介護職スキルアップ研修「看取り研修①~施設での看取りについて~」		9/7(木)	13:30~15:30	1,050円	8/28
	介護職ファーストステップ研修「介護技術基礎『観察と記録』」		9/24(日)	10:00~12:00	1,050円	9/14
北	絵本の読み聞かせボランティア養成講座		9/8(金)~全6回	10:00~12:00他	1,260円	8/29
	チャレンジシニア筋力アップで楽しい生活 ※3		9/18(祝)	14:00~15:15	630円	9/5
	芸能ボランティア養成講座「マジック入門」		9/23~(土)全6回	14:00~16:00	6,780円※2	9/12
西	料理教室~残暑を乗り切る元気ごはん~ ※3		9/2(土)	10:00~13:00	2,000円※2	8/23
	大人の折り紙教室 ※3		9/5(火)	10:00~12:00	1,130円※2	8/26
南	季節の園芸教室「秋編」※3		9/2(土)	10:00~11:30	2,000円※2	8/20
なださき	ママとベビーのためのピラティス ※4		8/22~(火)全9回	10:30~11:45	5,670円	8/13
	いきいき健康講座 シニアのためのかんたん家トレ&ストレッチ ※3		9/14(木)	10:00~11:30	630円	9/4

※1…別途検診料など実費 ※2…材料代などを含んだ料金(変動する場合あり)  
※3…65歳以上優先 ※4…首がすわった3カ月~1歳未満の子どもと母親

**催し** 問い合わせは各センターへ

### 北ふれあいセンター

子育て支援イベントベビーマッサージ

日 9月18日(祝)10時30分~11時45分

対 首がすわった3カ月~1歳未満の子どもと保護者

定 25組 申 9月5日までに

### 西大寺ふれあいセンター

みんなの太鼓まつり2023

日 8月13日(日)13時~14時 定 200人程度

### ウェルポートなださき

お月見ヨガ

日 9月30日(土)18時45分~20時

定 50人程度(中学生以下は保護者同伴) 申 9月19日までに

### 南ふれあいセンター

アルツハイマー月間映画会「折り梅」

日 9月3日(日)①10時~12時②14時~16時 定 各回198人程度

講座作品展

期間 9月10日(日)~23日(祝)(最終日は14時まで)