

施設GUIDE ガイド



申し込み記号については、15ページを参照ください。

岡山芸術創造劇場ハレノワ

〒700-0822 北区表町三丁目11-50

☎086-201-8000 ㊟086-201-8004

開館時間 9時～18時
(催事により22時)

休館日 年末年始



『ガラパゴスバコス ～進化してんのかしてないのか～』

日10月11日(水)18時30分開演・12日(木)13時

開演 場中劇場 対小学生以上

費9,800円(全席指定)

チケット一般発売＝8月27日(日)10時～

作・演出ノゾ工征爾

出演竜星涼、藤井隆、高橋恵子ほか

木ノ下歌舞伎『勸進帳』

日10月14日(土)18時開演・15日(日)14時開演

場小劇場 対小学生以上

費一般＝3,000円、U18＝1,000円(全席自由・整理番号付)

穂の国とよはし芸術劇場PLAT

プロデュース『たわごと』

日11月26日(日)14時開演 場中劇場

対小学生以上 費S席＝4,000円、A席＝

3,000円、U24＝2,000円、U18＝1,500円

(全席指定)

チケット一般発売＝8月26日(土)10時～

日本舞踊家集団・弧の会

『コノカイズム』

日12月3日(日)14時開演 場中劇場

対小学生以上 費3,500円(全席指定)

チケット一般発売＝8月26日(土)10時～

熾光群『わが友、第五福竜丸』

日12月9日(土)19時開演・10日(日)14時開演

場中劇場

対小学生以上 費一般＝3,000円、ペア＝

5,000円(2枚1組)、U24＝2,000円、U

18＝1,000円(全席指定)

チケット一般発売＝9月16日(土)10時～

Daiwa House® PRESENTS

熊川哲也 K-BALLET TOKYO

『くるみ割り人形』

日12月24日(日)15時開演 場大劇場

対5歳以上

費S席＝13,000円、A席＝9,000円、B席

＝6,000円、U24＝3,000円(全席指定)

チケット一般発売＝9月30日(土)10時～

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

第3回 埋蔵文化財講座

日9月16日(土)13時30分～15時

内古墳時代の土器、塚段古墳

定40人

申同センターへ☎で9月4日以降に

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)

特別展「ティラノサウルス展 ～T. rex 驚異の肉食恐竜～」

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

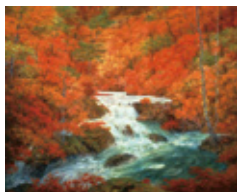
特別展「奥田元宋・小由女美術館展」

日本で初めて夫婦共に文化勲章を受章。いずれも日展の前理事長である日本画家の奥田元宋と人形作家の奥田小由女。

「元宋の赤」に代表される美しい自然の風景を表現した奥田元宋の作品と、日本を代表する人形作家として現在も第一線で活躍中の奥田小由女の作品をご覧ください。日本画と人形という異なるジャンルの芸術を追求し、高め合った夫婦2人の世界をお楽しみください。

期間9月22日(金)～11月12日(日)

費一般1,300円、高・大・専門学校生800円



奥田元宋「彩溪涼々」1994年 奥田元宋・小由女美術館蔵

第112回 ミュージアム講座 上映会

「雅なクモ ジョロウグモの一生」

今年4月に科学技術映像祭の文部科学大臣賞を受賞した岡山市在住の映像作家難波由城雄さんの作品の上映会を開きます。難波さんを迎え、作品の上映後、ジョロウグモに関心を抱いたきっかけ、撮影の苦労話などを気軽にトークショーの形式で伺います。

日10月8日(日)14時～15時30分

定先着60人 申氏名、電話番号を☎で9

月15日10時以降に

日応寺自然の森スポーツ広場

〒701-1131 北区日応寺200

☎086-294-4670 ㊟086-294-7153

開園時間 9時～17時

休園日 月曜(祝日の場合は翌平日)

マスカット杯テニス大会(ミックスダブルス)

日10月1日(日)9時～17時(雨天時は10月

8日(日)に延期)

対成人の男女(Cクラスおよび初級者)

定先着32組 費1組4,000円(保険代含む)

持硬式テニスラケット、テニスシューズまたはスポーツシューズ、スポーツウェアなど

申ペアそれぞれの住所、氏名、年齢、電話番号、チーム名を☎・☎・☎で9月18日までに

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)

I am a SOLOIST～あなたも岡フィルと共演しませんかシリーズXV III

日9月17日(日)15時開演

出演中井章徳(指揮)、岡山フィルハーモニック管弦楽団(管弦楽)

共演オーディションで選出された城東高校在校生・卒業生7人、管弦楽部、合唱部

費1,500円(全席指定)1・2階席のみ

The MOST in JAPAN 2023

日10月6日(金)19時開演

出演The MOST

共演渡邊晴乃、濱田理誉、阿部花音

曲目ホルスト/セントポール組曲、ビバルディ/2つのバイオリンのための協奏曲a moll RV.522 ほか

費S席3,000円、A席2,000円、A席ユース500円 他未就学児入場可

岡山フィルハーモニック管弦楽団

第78回定期演奏会

日10月22日(日)14時開演

出演秋山和慶(指揮)、佐藤晴真(ソリスト/チェロ)

曲目ウェーバー/歌劇「魔弾の射手」序曲、ドボルザーク/チェロ協奏曲、シベリウス/交響曲第2番 二長調

費S席5,500円、A席4,400円、B席3,300円、B席ユース1,000円

ハロウィーンコンサート

日10月29日(日)14時開演

出演打楽器アンサンブル(今井忍、Nat sue、正富明日香、宮内奈美)

曲目おばけなんてないさ(童謡)、「オペラ座の怪人」よりThe music of the night、「仮面舞踏会」よりワルツほか

費500円(全席自由) 他未就学児入場可

少年自然の家

〒701-1131 北区日応寺4

☎086-294-3461 ㊟086-294-1465

開館時間 8時30分～17時

休館日 月曜、祝日

子ども自然体験教室 I

日10月21日(土)13時～22日(日)14時15分(1泊2日)

内キノコ観察・自然散策・遊びリンピックなど

対市内在住の小学4～6年生

定30人(応募多数の場合は学年比を考慮し抽選)

費3,401円(保険代含む)

申講座名、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、学校名、学年、電話番号、保護者氏名(押印)を☎で9月22日までに(連名不可)

記号説明
日 日時
期 期日
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 申込
他 その他

オリент美術館

〒700-0814 北区天神町9-31
☎086-232-3636 FAX086-232-5342
✉orient@city.okayama.lg.jp
開館時間 9時～17時(9/16は正午閉館)
休館日 月曜(祝日の場合は翌平日)
9/4～15展示品入れ替えのため休館

特別展「大航海時代へ～マルコ・ポーロが開いた世界～」

期間 9月16日(土)～11月12日(日)
入館料 一般1,200円/65歳以上1,000円/高校・大学生800円/小・中学生500円
学芸員によるギャラリートーク

日 9月23日(祝)、10月9日(祝)の各日14時～15時 費特別展入館料のみ

特別講演会「日本国王と大航海時代」

日 9月16日(土)13時30分～15時30分
定 50人 費500円(友の会会員は300円)
申 必要

「モンゴル帝国とルネサンス～大航海時代のはじまり～」

日 10月7日(土)13時30分～15時30分
定 50人 費500円(友の会会員は300円)
申 必要

ワークショップ

「特別展オリジナル缶バッジをつくろう」

日 9月17日(日)13時30分～15時30分
費特別展入館料+材料費(100円)

「特別展にちなんだワークショップ」

日 9月18日(祝)・23日(祝)・30日(土)、10月8日(日)の各日13時30分～15時30分
費特別展入館料のみ

足守プラザ

〒701-1463 北区足守979
☎086-295-0001 FAX086-295-2722
開館時間 9時～16時30分
休館日 月曜(祝日の場合は翌平日)

陶芸教室「スタンプで楽しむお皿を作ろう」

日 9月の開館日①9時30分～②12時30分～(制作時間90分)
定 各回8人 費1,570円(2枚1組)
申 事前に

他 作品は約2カ月後お渡し。大きさは、直径約16.5cm

木工教室「一輪挿しをつくろう」

日 9月10日(日)①10時～②12時～③14時～(制作時間60分)
定 各回10人 費1,040円(1点)
申 事前に 他 作品は当日持ち帰り

勤労青少年ホーム

〒703-8293 中区小橋町一丁目1-30(福祉文化会館内)
☎086-272-7881 FAX086-272-7885
✉fukushibunkakaikan@city.okayama.lg.jp
開館時間 13時～21時(日曜9時30分～17時)
休館日 水曜、祝日

主催講座受講生募集!

日/内/費 下表のとおり
対 15～34歳で市内在住・在勤の社会人
定 ①先着15人②先着16人
申 ①・②で①9月5日以降に②9月7日～10月5日の間に
他 太極拳は定員に余裕があれば随時受付可

講座名	日時	実費
①太極拳/後期	10月10日～3月12日 毎週火曜 18時45分～20時45分	無料
②料理/秋コース	10月12日～12月21日 第2・4木曜 (11月=第2・3、 12月=第1・3) 18時30分～20時30分	5,000円 (全6回分)

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)

犬島親子キャンプ

期間 9月30日(土)～10月1日(日)(1泊2日)
対 小学生以上(小学生は保護者同伴)
定 40人 費1人2,500円+1家族ごとにサイト代1,000円・テント代1,500円(夕・朝食代込み。連絡船代は別途必要)
申 参加者氏名(ふりがな)、性別、学校名・学年、郵便番号・住所、電話(携帯)番号、イベント名を宛で9月8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5回企画コーナー展示

「吉備津彦神社 幻の御神刀」

岡山城改修工事中、収蔵資料を調査した結果、岡山の歴史を考える上で、歴史的価値の高い御神刀の存在を確認しました。吉備津彦神社のご協力のもと、確認された御神刀と合わせて、岡山城主ゆかりの御神刀をご紹介します。

期間 9月3日(日)～12月3日(日)
場 2階展示室

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

干支(たつ)の置物作り

日 10月1日(日)～31日(火)の各日①10時～②11時～③13時～④14時～⑤15時～
内 石膏型を使い「たつ」を2個制作
定 各回先着4人 費1,250円
申 ①で9月11日以降に
他 焼き上がりは11月30日。横幅約7cm

旧旭東幼稚園園舎(八角園舎)

〒700-0843 北区二日市町56
☎FAX086-226-2434
開館時間 9時30分～16時30分
休館日 月曜(祝日の場合は翌日も)、第2日曜、祝日

つんちゃん劇場

日 10月5日(土)10時30分～11時10分
定 親子先着20組(要事前申し込み)
申 ①・②で9月26日以降に

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)

田地子川の水生昆虫観察

日 9月24日(日)9時30分～12時
対 小学生と保護者 定 先着30人
費 50円(保険代) 申 ①で8月24日以降に

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「海の上のピアニスト」

日 9月21日(木)・22日(金)の各日①10時30分～12時30分②13時30分～15時30分
定 各回先着50人 申 事前に①で

福祉交流プラザ

〒701-1153 北区富原1149
☎/FAX086-254-2009
✉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

腸活のおはなし

日 9月25日(月)13時～14時30分
内 毎日の健康のために今すぐ役立つ食生活のお話 申 9月15日までに

(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)

KUMON

くもん書写教室の先生になりませんか

指導者養成プログラムで未経験でも安心!

教室開設説明会

- 倉敷 9/4(月) 10:00～12:00
倉敷市民会館 3階 第1会議室 (JR「倉敷駅」徒歩20分 ※駐車場あり)
- 岡山 9/26(火) 10:00～12:00
岡山国際交流センター 会議室2 (JR「岡山駅」西口より徒歩4分)

●25歳～60歳(女性)の方にお願ひしています。●ご参加が難しい方もお気軽にお問い合わせください。

ペン習字 かきかた 筆ペン 毛筆 [公文書写先生 検索](#)

株式会社 公文エルアイエル 9月無料体験学習(9/10～9/30)生徒募集中!

☎0120-410-297 岡山市北区下石井2-1-3 岡山第一生命ビル8階

Zoomによるオンライン説明会
予約制(2日前までに要予約)

- 9/9(土)10:00～
- 10/8(日)14:00～(各30分)

※ご予約いただいた方にミーティングIDとパスワードをお知らせします。

人生100年時代 CFP®・AFP認定者があなたをサポートします

役立つ 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)



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

場所	講座名	内容
岡西公民館 〒700-0054 北区下伊福西町1-48 ☎/☎086-253-7581	発達障がい定例座談会 「あおぞら」	10月6日(金)10時～12時 保護者、祖父母、当事者、支援者 必要
北公民館 〒700-0081 北区津島東一丁目3-14 ☎/☎086-254-4633	子育てひろば Orange Room	9月19日(火)10時～12時 和みヨガ 未就園児と保護者 親子10組 必要
上南公民館 〒704-8166 東区君津636 ☎/☎086-948-3352	第7回漱石フォーラム	10月8日(日)10時～15時 講演「～漱石ファン～ハマイエ人生100年時代を語る!」、演奏ほか 定50人 必要
一宮公民館 〒701-1211 北区一宮638-1 ☎/☎086-284-6224	いちのみや防災ボランティア 養成講座（全3回）	①10月7日(土)②11月4日(土)③12月17日(日) 時①②13時30分～15時30分③9時30分～12時 定40人 必要
興除公民館 〒701-0213 南区中畦589-1 ☎/☎086-298-2660	興除バリスタオープンカフェ 「岡山♪ママ音楽部 演奏会」	9月30日(土)14時～15時30分 フルーツ、トランペットなどによるアンサンブル演奏 費コーヒー1杯100円
旭東公民館 〒704-8183 東区西大寺松崎310-1 ☎/☎086-943-1154	災害が起こった時 逃げきろう	9月12日(火)10時～12時 逃げキッドを使って、マイ・タイムライン作成 定24人 必要
操南公民館 〒702-8006 中区藤崎201-4 ☎/☎086-276-7898	第34回操南公民館まつり	10月14日(土)9時30分～16時30分・15日(日)9時30分～15時30分 作品展示、実技発表、体験ほか
山南公民館 〒704-8132 東区邑久郷688 ☎/☎086-946-8165	無制限あそびin山南公民館	10月21日(土)10時15分～11時30分 絵の具を使った遊びなど 先着15組 費子ども1人につき500円 10月7日までに
高島公民館 〒703-8203 中区国府市場99-5 ☎/☎086-275-1341	科学技術映像祭 文部科学大臣賞受賞 「雅なクモ ジョロウグモの一生」上映	9月30日(土)①10時～12時②13時～15時 ①上映会&難波由城夫さんのトーク②「蜘蛛の糸」写真の取り方 9月9日以降に
御南西公民館 〒700-0951 北区田中157-110 ☎/☎086-244-1855	わくわく文庫	9月11日(月)10時～11時30分 絵本の読み聞かせ ほか 未就園児と保護者 費年会費子ども1人につき100円
岡輝公民館 〒700-0865 北区旭本町1-80 ☎/☎086-222-0855	岡山空襲の遺跡をたどる	9月11日(月)13時30分～15時30分 講義「岡山大学・津島総合グラウンドの軍事施設」 定30人 必要
灘崎公民館 〒709-1215 南区片岡159-1 ☎/☎086-362-0408	バラライカとドムラによる ロシア・ウクライナのしらべ	9月17日(日)14時～15時(開場13時30分) 場ウエルポートなださき1階かしの木ホール 演奏会 定150人 必要
建部町公民館 〒709-3111 北区建部町福渡496-1 ☎086-722-2212 ☎086-722-2160	楽しく健活セミナー ～十勝のチーズを知る～	9月22日(金)13時30分～15時 新たな「気づき」を得て健康な食生活へ関心を高める契機とする講話 定30人 必要
瀬戸公民館 〒709-0861 東区瀬戸町瀬戸54-1 ☎086-952-4146 ☎086-952-4163	ミュージカル『チャップとみにくいアヒルのこ』	10月1日(日)11時～12時 劇団夢幻月によるオリジナルミュージカルの鑑賞 小学生・幼児とその家族 必要
万富公民館 〒709-0841 東区瀬戸町万富257 ☎086-953-0610 ☎086-953-0715	万富はつらつ大学	9月30日(土)13時30分～15時 みんなで延ばそう健康寿命～毎日の生活に貯筋のススメ～ 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・振替休日を除く）

「ハレノワ開館に寄せて 所蔵資料みる戦後岡山の演劇」（展示）

期間 9月1日(金)～10月1日(日)

絵本読み聞かせ体験

9月13日(水)10時30分～11時

1歳くらいまでの赤ちゃん

おやおたのしみ会

9月22日(金)10時30分～11時

1～3歳 定15組

窓・で9月10日以降に

中国語でえほんのじかん

9月30日(土)15時～15時30分

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

にんぎょうげき

「岡山新シャチホコ物語」

9月9日(土)14時～15時

おはなしの会

9月17日(日)15時～15時30分

韓国語でえほんのじかん

9月24日(日)15時～15時30分

おはなしの会

（ストーリーテリング）

10月1日(日)15時～15時30分

伊島 〒700-0016 北区伊島町二丁目 9-38
 ☎086-253-0822
 開館時間 10時～18時
 休館日 月・水・第2日曜、祝日

おたのしみ会

日 9月17日(日)11時～11時30分

申(窓)・(図)で

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

「せんろはつづくどこまでつづく」ほか

日 9月16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

日 9月9日(土)14時～14時30分

緑の図書室 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

こどものじかん

えほん「どん!」ほか

日 9月9日(土)15時～15時30分

えほんのじかん

日 9月27日(水)15時～15時30分

対乳幼児から

こどものじかん

えほん「パンどろぼう」ほか

日 9月30日(土)15時～15時30分

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

日 9月13日・20日・27日、10月4日の各

水曜14時～14時30分

定先着5組程度

かみしばいのじかん

日 9月17日、10月1日の各日曜11時～11

時30分

定先着5組程度

おはなしのじかん

日 9月24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

日 9月9日・16日の各土曜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)
 esatoyama@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-hyakka@okayama-park.or.jp

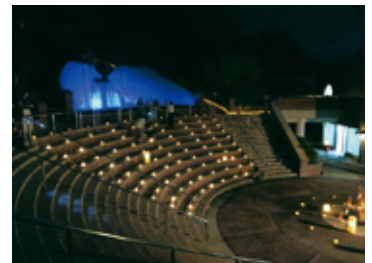
事前申し込みが必要な場合の手続き(全て先着順)および注意事項など

- A** イベント名、氏名、電話番号を、(窓)・(図)で9月6日以降に
- B** イベント名に★印があるものは入園料が必要
- C** 講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を、(窓)・(図)・(図)で ※小学生以下は保護者同伴
- D** (窓)・(図)で9月2日以降に ※受け付けは18時まで

イベント名		内容
A 浦安	【公園協会ガーデニング講座】 庭木の剪定	日 9月25日(月)13時30分～15時 定先着15人 費200円 申必要
	子ども自然教室 虫めがねで葉っぱのかんさつ	日 9月30日(土)10時～12時 定親子先着10組 申必要
B 半田山	★ナイトガーデン2023	日 9月8日(金)～10日(日)の各日18時～21時(最終 入園は20時30分まで)
	★四季と自然を楽しむ会	日 9月14日(水)9時30分～11時30分(雨天決行) 費入園料のみ
	★子ども自然教室 虫めがねで葉っぱのかんさつ	日 10月1日(日)13時30分～15時30分 定親子先着10組 費入園料のみ 申(窓)・(図)で9月4日以降に
C 里山センター	ノルディックウオーク (初級コース)	日 9月16日(土)10時～12時 対6歳以上 定先着20人 費200円+ポールレンタル代 申必要
	【公園協会ガーデニング講座】 庭木の剪定	日 9月22日(金)13時30分～15時 定先着15人 費200円 申(窓)・(図)で9月1日以降に
	楽しく里山の自然発見	日 9月28日(木)10時～15時 対15歳以上 定先着15人 費200円 申必要
D 百花プラザ	秋の星空教室 ～半月・おり姫星・ひこ星をみよう～	日 9月23日(水)18時～20時 対小学生以上(小学生 は保護者同伴) 定先着25人 費高校生以上 300円・中学生以下200円 申必要
	【公園協会ガーデニング講座】 庭木の剪定	日 9月27日(水)13時30分～15時 定先着15人 費200円 申必要



A C D 庭木の剪定



B ナイトガーデン

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「おつきみバス」ほか

日 9月20日(水)14時30分～14時50分

おはなしのへや

えほん「パンダちゃん」ほか

日 10月4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

名作映画会「もういちど」

日 9月24日(日)14時～

定60人程度

企画映画会「石井のおとうさんありがとう」

日 9月29日(金)14時～

定60人程度

記号説明

日 日時 期 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 持参品

申 申込

他 他

他 他



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)・(〒)・(FAX)・(☎)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
岡山	岡山市手話学校特別講座講演会 ろうと手話～やさしい日本語がつくる未来～ ※1	9/18(祝)	9:30～11:00	630円	9/4
	岡山市安全・安心ネットワーク 地域応援人づくり講座 総論 ※1 「認知症の方や家族に寄り添うコミュニケーション」	9/24(日)	10:00～11:30	無料	9/10
	子育て応援ボランティア養成講座	10/17～(火)全4回	10:00～12:00	840円	10/3
西大寺	●初心者向け…女性のためのヨガ、気功八段錦太極拳、ピラティス、男性のためのヨガ、かんたんジャズダンス & ストレッチ、かんたんエアロ&筋力UP、からだコンディショニング、かんたん! キックボックス(金・土曜) ●託児付…女性のためのピラティス、からだスッキリヨガ				詳細は 岡山ふれあい センターまで
	●初心者向け…マットエクササイズ、ペルヴィス®(骨盤調整)、ハワイアンダンス、ベーシックヨガ、ピラティス、ShapeUpエンジョイダンス ●託児付…リフレッシュヨガ、エンジョイエアロ&コアトレ ●高齢者優先…イス体操とストレッチ、腸&リンパ美人エクササイズ、QOL向上! フィットネスクラス、絵手紙、らくらくゆっくりピラティス ●知的障害者優先…ふれあいピクス				詳細は 西大寺ふれあい センターまで
北	岡山市安全安心ネットワーク 地域福祉分野「認知症サポーター養成講座」	9/30(土)	13:00～14:30	無料	9/19
	チャレンジシニア～筋力UPを目指そう! 心と体のシェイプアップ～ ※2	10/9(祝)	14:00～15:15	630円	9/26
	●初心者向け…ピラティス、シェイプアップ、マットエクササイズ、ストレッチヨガ、アクティブヨガ、バレトン、リズムフィット☆ボクシング、筋力UPトレーニング、ちょっとがんばる!! 筋トレ講座 ●託児付…エアロピクス、ストレッチヨガ ●高齢者優先…らくらく脳トレいす体操、姿勢すっきり体操&らくらくウオーク、ストレッチボールでリラククスストレッチ、実用習字、練功、笑いヨガ				詳細は 北ふれあい センターまで
西	お役立ち講座からだケア講座～疲労回復のための運動とテーピング～ ※2	9/18(祝)	10:00～11:30	630円	9/8
	●初心者向け…ペルヴィス®(骨盤調整)、エアロピクス、シェイプアップ、ピラティス、リズムフィットボクシング、筋力UPトレーニング、マットサイエンス ●託児付…リフレッシュエアロ&yoga、Enjoyシェイプアップ ●高齢者優先…ストレッチと気功、ゆる体操、アクリル画、備前焼、心と体のシェイプアップ、シニアピラティス				詳細は 西ふれあい センターまで
南	●初心者向け…エアロピクス&ストレッチ、エアロピクス、ボディーヨガ、かんたん! キックボックス、いきいき健康ストレッチ&フィットネス、マットエクササイズ、リラククスヨガ、ボールペン字・筆ペン講座、フラワーアレンジメント、キレイになるためのヨガ、男性のためのヨガ、骨盤からの姿勢改善 ●託児付…ピラティス、リフレッシュエアロ&体幹トレーニング ●高齢者優先…フットセラピー&姿勢すっきり体操、筋力アップ&簡単エクササイズ、水彩画、筆ペン講座、ゆる体操、笑いヨガ、大人の折り紙、現代俳句、健康維持エクササイズ ●子どもと保護者対象…ママとベビーのためのピラティス、赤ちゃんエクササイズ				詳細は 南ふれあい センターまで
	●高齢者優先…おなかひきしめエクササイズ～めざせ! -5歳～、楽しく運動☆脳トレ・筋トレ・ストレッチ、リンパマッサージ&体調改善エクササイズ				詳細は ウェルポート なださきまで

※1…手話通訳・要約筆記あり ※2…65歳以上優先

催し

問い合わせは各センターへ

北ふれあいセンター

講座作品展

期間 9月10日(日)～24日(日) (最終日は15時まで)

西ふれあいセンター

Enjoyシェイプアップ～エアロ&コアトレ～

講座体験イベント(託児付)

日 10月6日(金)10時～11時15分

対 高校生以上 定24人(託児9人) 申 9月26日までに

他 託児対象は1歳～未就学児

アクリル画Web作品展

期間 9月1日(金)～30日(土)

岡山ふれあいセンター

備前焼・籐かご作品展

期間 9月7日(木)～10月10日(火)

世界アルツハイマー月間 特別企画 サボくまフェスティバル

日 9月24日(日)10時～15時30分

内 サボくまかるた大会やものづくりコーナーなど

ウェルポートなださき

親子で楽しむ体幹トレーニング

日 10月8日(日)10時～11時30分 対 年中～小学3年生までの子どもと保護者(2人1組) 定15組 申 9月28日までに

南ふれあいセンター

親子で楽しく! はじめての運動教室

日 9月18日(祝)10時～11時15分

対 小学1～3年生の子どもと保護者(2人1組)

定15組 申 9月8日までに

わくわく映画会 リトル・パイレーツ(日本語吹き替え版)

日 10月8日(日)①10時～11時20分②14時～15時20分

定 各回198人程度 他 未就学児は保護者同伴

西大寺ふれあいセンター

講座作品展

期間 9月10日(日)～24日(日) (最終日は15時まで)

世界アルツハイマー月間イベント

日 9月1日(金)～30日(土)

内 認知症に関するパネル展示、10日に特別企画など