

# 施設ガイド



## 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.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」  
2月10日(火)～5月17日(日)  
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

### 小企画展

「古代オリエントの戦いと武器」



2月10日(火)～5月17日(日)  
¥館蔵品展入館料のみ

### 学芸員によるギャラリートーク

2月14日・28日の各土曜14時～15時  
¥館蔵品展入館料のみ

### 特別講演会

「ヒッタイト帝国時代の遺跡を掘る  
～鉄の起源を求めて～」  
2月15日(日)13時30分～15時  
定先着50人  
申氏名、電話番号を☎・メール・窓口で  
¥館蔵品展入館料のみ

### ワークショップ「オリエン太のアトリエ」

「古代オリエントの武器のスタンプバッ  
グをつくろう」「オリジナル缶ミラーを  
つくろう」など



2月21日、3月7日の各土曜13時30分～  
15時30分  
¥館蔵品展入館料（一部有料プログラム  
あり）

### 笙演奏

「雅楽器＜笙＞の過去、未来：オリエ  
ント×カニササレアヤコ」  
2月23日(祝)14時～15時  
¥館蔵品展入館料のみ  
☎詳細はHPをご確認ください



## 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～20時  
（催事により22時）  
休館日 不定休



### Dance Workshop for Elders

☎086-201-8014  
3月15日(日)14時～16時  
対60歳以上 講小澤尚子

### ハレノワひろば

☎086-201-8014  
3月20日(祝)10時～12時  
対小学1～6年生 講多田淳之介

### ハレノワひろば～演劇をつくろう～

☎086-201-8014  
3月21日(土)・22日(日)※連続参加  
対小学4～6年生 講多田淳之介

### WORLD ENJOY BIG PARTY!!!

☎086-201-8014 3月22日(日)14時～  
対県内在住の外国人と日本人  
講多田淳之介

### 岡山市ジュニアオーケストラ 第27回スプリングコンサート

☎086-232-7811 3月22日(日)15時～  
¥【自由席】一般1,000円、学生（高校  
生以下）500円  
指揮山上純司 出演岡山市ジュニアオー  
ケストラ、岡山市ジュニア合唱教室、岡  
山市ジュニアバイオリン教室（アンサン  
ブルステージのみ）  
曲目バーンスタイン/キャンディード序曲、  
久石譲/Spirited Away Suite「千と千尋  
の神隠し」組曲、伊福部昭/SF交響ファン  
タジー第1番 ほか

## 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



### 自然の森ファミリーウォーキング

～家族で日応寺の春を感じよう！～  
3月22日(日)9時30分～12時30分（雨  
天中止）  
肉山歩き 対家族 定先着300人  
¥1人200円（保険料含む）  
☎必要事項（HP参照）を往復はがきで2  
月20日までに  
他雨天時の開催状況は当日朝8時以降に  
HPでご確認ください。



## 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.jp  
開館時間 10時～18時  
休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）



岡山シティミュージアム開館20周年  
記念常設展「していみゅーで発見！  
岡山の魅力！2026年春」



「岡山の成り立ち」「戦国時代の児島  
地域関連展示」「坪田譲治文学賞関連展  
示」「岡山市埋蔵文化財発掘調査速報  
展」の4つのコーナーで岡山の魅力を紹  
介します。

3月15日(日)まで  
¥一般310円、高校・大学生210円

### 関連イベント

#### 上映会「古代吉備文化の継承」

2月21日(土)14時～15時30分  
定70人 ☎☎で1月29日以降に

#### 講演会「岡山市南区奥迫川・熊野神社 所蔵の大般若波羅蜜多經と懸仏について」

2月28日(土)14時～15時30分  
定70人 ☎☎で2月3日以降に

#### 上映会「桃太郎伝説と豊臣の誇りを今に」

3月7日(土)14時～15時30分  
定70人 ☎☎で2月10日以降に

#### 講演会「児島富士 常山城跡について」

3月14日(土)14時～15時30分  
定70人 ☎☎で2月14日以降に

#### 企画展「広がる大地」

児島湾干拓事業に焦点を当て、土地を  
「広げる」ことが暮らしや産業にどのよ  
うな変化をもたらしてきたのかを紹介し  
ます。

2月14日(土)～3月29日(日)  
¥一般310円、高校・大学生210円

## 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

### 定期講座「遺物からみた鍋・埴」

2月21日(土)13時30分～15時  
定先着60人 ☎☎で2月2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 ☎086-803-3344  
✉sankaku@city.okayama.jp  
開館時間 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）

### 人生100年時代を生き抜く漢方の知恵 ～自分の体質を知ってラクになる～

日 2月13日(金)10時～12時  
定 先着20人  
申 事前に☎・ファクス・メール・窓口で

### 味噌作りを学んで作る講座「『食』を 大切にする生き方～体は食べたもので できている～」

日 ①2月14日(土)13時～16時30分 ②2月  
22日(日)13時～16時30分（①・②は同  
じ内容）  
場 吉備公民館（北区庭瀬）  
定 先着20組36人  
申 事前に☎・ファクス・メール・窓口で

### すべての人におくる

#### 「ウェルビーイングセミナー」

日/テーマ 2月15日(日)①10時～11時30  
分/「トラウマ・インフォームド・ケア  
とウェルビーイング」②13時～14時/  
「未来の健康をつくる食習慣～やせ対策  
とちょい足し実践～」③14時15分～15  
時15分/「コンセプトケアをはじめ  
てみよう 夢につながる健康ドリル～  
未来へのドアを開く鍵『ライフスキル』  
の作成」 定 会場参加は各回先着30人  
（オンライン参加も可）  
申 事前に☎・ファクス・メール・窓口で

### さんかく☆シアター「本日公休」

日 2月19日(木)・20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

### 国際女性デー記念講演「身近な雑草から 次世代の生き方を学ぼう！」

日 2月28日(土)14時～16時  
定 会場・オンライン各先着60人  
申 事前に☎・ファクス・メール・窓口で

### 国際女性デー関連事業 「ミモザ寄席」

日 3月7日(土)13時30分～15時30分  
定 先着66人  
申 事前に☎で

## 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 ☎086-722-3100  
開館時間 9時30分～16時30分  
休館日 火曜（祝日の場合は翌平日）

### 親子環境学習フォーラム2026～里山の 自然や人との〈つながり〉を感じよう

日 2月22日(日)8時45分～14時  
内 花炭作り、自然素材工作、田地子川の  
源流散策、焼き芋、地元の祭りや暮らし  
について  
対 市内在住または市内在学の小学生と保  
護者  
定 先着25人 ¥600円  
申 ☎で1月22日～2月19日の間に

## 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

### 備前焼ランプシェードを作ろう



日 3月1日(日)・23日(月)の各①10時～12  
時②14時～16時  
内 3種類の中から好きな形のランプを選  
んで、型抜き道具で穴を開け制作  
対 8歳以上  
定 各回抽選8人 ¥2,050円  
申 ☎で2月6日～13日の間に電  
話連絡（その際ランプの形をご指定くだ  
さい）。焼き上がりは4月30日

## 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）

### 陶芸教室

#### おひな様にタイルを貼って作ろう

日 2月の開館日①9時30分～②12時30分  
～③14時30分～（制作時間90分まで）  
内 木の板のおひな様にタイルを貼って仕  
上げます  
定 各回8人（60組限定）  
¥1,800円（1組）  
申 ☎で事前に  
他 サイズは1体（約）高さ12cm×横9.5  
cm×奥行1.5cm。作品は当日持ち帰り

### 木工教室

#### ふぐの形の鍋敷きを作ろう



日 2月14日(土)①10時～②12時30分～③  
14時30分～（制作時間90分まで）  
内 ふぐの形の板を磨きバーニングペンで  
模様を入れます  
定 各回10人（先着30個）  
¥1,300円（1点）  
申 ☎で2月11日までに  
他 サイズは（約）縦15cm×横23.5cm×  
厚さ1.3cm。作品は当日持ち帰り

## 犬島自然の家

〒704-8153 東区犬島119-1  
☎086-947-9001 ☎086-947-9303  
✉inujima@city.okayama.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）



### 犬島まるごと体験②

日 3月7日(土)～8日(日)（1泊2日）  
対 小学生以上（保護者同伴）  
定 20人  
¥ 大人3,500円、小人2,200円（宿泊・  
食事代込）  
申 申込書（HPで入手可）をファクス・  
メールで、または必要事項（HPで参照）  
を記入し往復はがきで2月14日までに



## 図書館

行事開催・中止は図書館HPに  
掲載します。  
問い合わせは各図書館へ。



### 【図書館システム・HP休止のお知らせ】

図書館システムの全面更新に伴い、2  
月15日(日)18時～3月1日(日)10時の間、  
図書館HPを休止します。この期間はイ  
ンターネットからの蔵書検索・予約も  
利用できません。移動図書館の運行、  
公民館での予約受け取りやふれあいセ  
ンターへの配送も2月16日(月)～3月2日  
(月)の間休止します。  
また、各図書館の休館に伴い2月1日(日)  
～15日(日)の貸出期間を通常より延長し  
ます（公民館も含む）。

## 中央

〒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）  
2/16～3/2

### 歴史講座「岡山県における明治初期の歴 史地理編輯事業について」

日 2月8日(日)14時～16時 定 先着60人

### かみしばいのじかん

日 2月8日(日)・12日(木)・15日(日)、3月5日  
(木)15時～15時15分

### 赤ちゃん絵本読み聞かせ体験

日 2月11日(祝)10時30分～11時  
対 1歳くらいまでの子どもと保護者

### おはなしのじかん（ストーリーテリング）

日 3月7日(土)11時～11時30分

### 歴史講座「津田永忠以前の児島湾干拓に ついて」

日 3月7日(土)14時～16時 定 先着60人



**幸町** 〒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  
 2/16～2/28

#### おやこおたのしみ会

☎2月13日(金)10時30分～11時  
 対1歳～3歳くらいまでの子どもと保護者  
 定先着15組 申窓口・☎で1月9日以降に

#### えほんのじかん

☎3月7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  
 2/15～2/28

#### かみしばいのじかん

☎3月1日(日)11時～11時30分

#### えほんのじかん

☎3月4日(水)14時～14時30分

#### 浦安読書サークル

☎3月6日(金)13時～15時

**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  
 2/16～2/28

#### おたのしみ会

☎2月15日(日)11時～11時30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  
 2/16～2/28

#### おはなし会

☎2月14日(土)14時～14時30分

**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・第2日曜、祝日  
 2/16～2/28

#### おはなし会

☎2月14日(土)11時～11時30分

#### おはなしのじかん

☎3月7日(土)11時～11時30分

**緑の図書室** 〒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  
 2/16～2/28

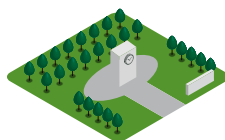
#### こどものじかん

☎2月14日(土)15時～15時30分

**視聴覚ライブラリー** 〒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・第2日曜、祝日  
 2/24

#### 企画映画会2「石井のおとうさん ありがとう 岡山孤児院 ～石井十次の生涯～」

☎2月10日(火)14時～15時51分  
 定90人 他詳細はHPをご確認ください



## 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（祝日の場合は翌平日）  
 info@satoyama-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（祝日の場合は翌平日）  
 info-hyokka@okayama-park.or.jp

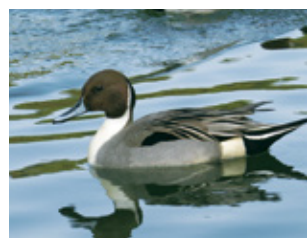
イベント名			内 容
A 浦安	子ども自然教室 冬芽のかんさつ		☎2月14日(土)10時～11時30分 定家族10組 申☎で2月3日以降に
	公園の植物みてあるき		☎2月16日(月)10時～11時 申窓口で当日9時50分以降に
	かごを使った早春の寄せ植え		☎2月16日(月)13時30分～15時 定15人 ¥2,300円 申☎で2月3日以降に
	春のリースバスケット寄せ植え		☎3月2日(月)13時30分～15時 定15人 ¥2,500円 申☎で2月3日以降に
B 半田山	講習会 半田山 自然塾	半田山植物園の コケ	☎2月28日(土)13時30分～15時30分 定先着10人 ¥入園料のみ 申窓口・☎で2月4日以降に
		庭園や庭の樹木 の魅力	☎3月7日(土)13時30分～15時30分 定先着20人 ¥入園料のみ 申窓口・☎で2月16日以降に
	観覧会	四季と自然を楽しむ会	☎2月12日(休)9時30分～11時30分 ¥入園料のみ
C 里山センター	四季のネイチャーゲーム		☎2月8日(日)10時～12時30分 対4歳以上（小学生以下は保護者同伴） 定先着20人 ¥200円 申窓口・☎で事前に
	里山のバードウォッチング		☎2月13日(金)9時～12時 定先着20人 ¥200円 申窓口・☎で事前に
	かごを使った早春の寄せ植え		☎2月19日(休)13時30分～15時 定15人 ¥2,300円 申☎で2月4日以降に
	春のリースバスケット寄せ植え		☎3月5日(休)13時30分～15時 定15人 ¥2,500円 申☎で2月4日以降に
D 百花プラザ	冬の星空教室～明石市立天文 科学館館長による冬の星空の おはなし～		☎2月14日(土)17時30分～19時30分 対小学生以上（小学生は保護者同伴） 定先着50人 ¥300円 申☎で2月3日以降に
	かごを使った早春の寄せ植え		☎2月17日(火)13時30分～15時 定15人 ¥2,300円 申窓口・☎で2月3日以降に
	子ども自然教室 冬芽のかんさつ		☎2月21日(土)10時～11時30分 定家族10組 申窓口・☎で2月3日以降に
	ガーデニング講座 「家庭で育てる果樹入門」		☎3月1日(日)10時～12時 対18歳以上 定先着20人 ¥300円 申☎で2月3日以降に
	春のリースバスケット寄せ植え		☎3月6日(金)13時30分～15時 定15人 ¥2,500円 申☎で2月3日以降に



A C D カゴを使った早春の  
寄せ植え



B 半田山自然塾  
半田山植物園のコケ



C 里山のバードウォッチング



# 公民館からのご案内

申し込みが必要な講座などは、窓口・☎・ファクスで各公民館へ

開館時間：9時30分～21時（日曜は17時まで）

休館日：水曜、祝日、12/28～1/4

場所	講座名	内容
<b>岡西公民館</b> 〒700-0054 北区下伊福西町1-48 ☎/📠086-253-7581	ハーモニアスライフ～未来をつくる暮らしの選択～発酵編	📅2月28日(土)10時～12時、3月14日(土)13時～16時30分、3月28日(土)10時～13時 内発酵と健康づくりに関する学習や実習 定20人 料材料代 申必要
<b>北公民館</b> 〒700-0081 北区津島東一丁目3-14 ☎/📠086-254-4633	北★北シニアカレッジ	📅2月13日(金)13時30分～15時30分 内バスガイドさんが案内する模擬体験旅行 定50人 申必要
<b>上南公民館</b> 〒704-8166 東区君津636 ☎/📠086-948-3352	郷土を知り、郷土に学ぶ「沖新田物語」公演	📅2月15日(日)10時30分～12時 内地元有志も出演する沖新田物語公演 場開成小学校体育館（東区金田）
<b>一宮公民館</b> 〒701-1211 北区一宮638-1 ☎/📠086-284-6224	一宮文化祭（第61回文化展・第37回実技発表会）	📅2月28日(土)9時30分～15時、3月1日(日)10時～15時 内作品展示、実技発表、茶席ほか
<b>津高公民館</b> 〒701-1144 北区栢谷1677 ☎/📠086-294-4222	トモスカイ津高「特別支援の視点から見た子供との関わり」	📅2月28日(土)10時～12時 内講演会 定20人 申必要
<b>吉備公民館</b> 〒701-0153 北区庭瀬416 ☎/📠086-293-2170	庭瀬かわい案内人	📅2月17日(火)9時30分～12時 内庭瀬・撫川方面の史跡をめぐる（Aコース） 定先着20人 申必要
<b>南公民館</b> 〒702-8027 南区芳泉三丁目2-2 ☎/📠086-263-7919	文学講座「ふるさと岡山が育んだ物語～作家・小暮夕紀子の創作～」	📅3月14日(土)13時30分～15時 内講演会 定40人 申3月7日までに
<b>旭東公民館</b> 〒704-8183 東区西大寺松崎310-1 ☎/📠086-943-1154	地域ええとこ発見講座Part10～地域のお宝 再確認!!～	📅2月26日(木)10時～12時 場三徳園第1駐車場集合・解散（東区竹原） 内宇喜多直家2番目の居城、新庄山城跡登山 定30人 申必要
	子どもも大人もけん玉教室	📅2月22日(日)10時～12時 定先着30人 申2月1日以降に
<b>操南公民館</b> 〒702-8006 中区藤崎201-4 ☎/📠086-276-7898	地域交流会	📅3月7日(土)13時～15時 内中学生が学習成果や学校での取り組みについて発表し地域の皆さんと交流
<b>山南公民館</b> 〒704-8132 東区呂久郷688 ☎/📠086-946-8165	犬島げんきクラブ「落語を楽しみましょう～江戸落語～」	📅2月19日(木)10時50分～14時20分 場宝伝港集合・解散（東区宝伝） 定先着10人 料300円（食事代）その他舟代など必要 申2月10日までに
	バームクーヘンを作ろう！	📅2月14日(土)10時～13時 内野外で竹を使ってバームクーヘン作り 定先着25人 料300円 申2月9日までに
<b>芳田公民館</b> 〒700-0953 南区西市96-1 ☎/📠086-245-0688	第32回芳田公民館文化祭	📅2月28日(土)10時～16時・3月1日(日)10時～15時 内作品展示、実技発表、販売・体験コーナーほか
<b>光南台公民館</b> 〒702-8014 南区宮浦1324 ☎/📠086-267-1255	第29回光南台公民館文化祭	📅2月14日(土)10時～17時・15日(日)10時～16時 内作品展示、実技発表、体験コーナーほか
<b>旭公民館</b> 〒700-0806 北区広瀬町3-26 ☎/📠086-224-0515 ※旭公民館は2月末で閉館し、3月1日からは岡山中央公民館（北区蕃山町）へ新築移転します。	岡山中央公民館開館記念 みんなのまんなか スプリングコンサート	📅3月1日(日)10時～12時 場岡山中央公民館（北区蕃山町） 出演 安久津太一（岡山県立大学教授・バイオリニスト）、松下智子（ピアニスト） 申必要
	岡山中央公民館 開館記念講演	📅3月7日(土)13時30分～15時 場岡山中央公民館（北区蕃山町） 内小嶋光信さん（両備グループCEO、津田永忠顕彰会会長）による講演「津田永忠のまちづくり」 申必要
<b>東山公民館</b> 〒703-8282 中区平井四丁目13-33 ☎/📠086-276-6202	第9回ええとこ発見！ ウォーキング大会	📅2月28日(土)9時50分～12時 内平井学区の「ええとこ」を歩いて巡る 定60人 料50円 申参加費を添えて窓口で2月20日17時までに
	東山ESDクラブ やさしい日本語で多文化コミュニケーション力アップ！	📅2月14日(土)10時～12時 内外国人にわかりやすく伝わる日本語表現を学び、自分にできる多文化共生社会づくりを考える 定30人 申必要
<b>岡輝公民館</b> 〒700-0865 北区旭本町1-80 ☎/📠086-222-0855	ハラスメント学習会	📅3月12日(木)10時～12時 内カスタマーハラスメントの定義とクレームとの違いについて学ぶ 定20人 申2月13日以降に
<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	高齢者健康セミナー 「これから始める貯筋運動」	📅2月27日(金)13時30分～15時 内自分の体重を利用して行う筋力トレーニングで筋肉を「貯筋」します 定30人 申必要

記号説明

☎ ファクス

📅 日程

🕒 時間

📍 場所

内 内容

講師

対 対象

定 定員

料 費用など

持 持参品

申 申込

他 その他



# 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  
のお知らせも含みます



## 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、電話番号を窓口・郵便・ファクス・メールで。  
・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 ※1 「一生役立つ“良い姿勢”の見つけ方」 ※申し込みは、各センターへ	岡山	2/28(土)	10:00～11:30	無料	2/18
	西	3/1(日)			2/19
	西大寺	3/7(土)			2/25
	南	3/14(土)			3/4
	北	3/20(祝)			3/10
岡山	やってみよう！レザークラフト ※2 ※3	3/8(日)	14:00～15:30	210円 ※4	2/22
西大寺	介護職スキルアップ研修「（理論・講義）認知症の症状（中核症状・BPSD）に適したレクリエーション論（実技）対象者に合わせたレクリエーションプログラム&人数や素材に対するアレンジ法」	3/7(土)	13:00～16:00	2,700円	2/22
北	はじめてのフラワーアレンジメント ※5	2/26(木)	10:00～11:30	820円 ※6	2/10
西	傾聴入門講座 ※1	2/20(金)	10:00～12:00	210円	2/10
	ママとベビーのためのピラティス ※7	3/8(日)	10:30～11:45	820円	2/26
南	季節の園芸教室「春編」 ※1 ※5	3/7(土)	10:30～12:00	820円 ※8	2/20
	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「老いと演劇ワークショップ」 ※1	2/26(木)	10:00～12:00	無料	2/16
	傾聴ボランティア入門講座 ※1	3/4(水)～全3回	10:00～12:00	630円	2/20
	ストレッチサポーター養成講座 ※1	2/17(火)～全5回	10:00～12:00	1,050円	2/7
	岡山市安全安心ネットワーク地域応援人づくり講座 地域福祉分野「普通救命講習」 ※1	3/5(木)	13:30～16:30	無料	2/23
	チャレンジ教室「ハーバリウムを作ろう！」 ※2 ※3	2/23(祝)	10:00～11:30	210円 ※9	2/8
さなきた	介護職スキルアップ研修 看取り研修②～看取りにおける多職種連携での介護職の役割とは～	3/7(土)	10:00～12:00	1,800円	2/22

※1…高校生以上 ※2…障害者手帳を持った小学生以上の対象 ※3…成人の付き添いが必要 ※4…その他材料代など1,500円 ※5…高齢者優先  
※6…その他材料代など1,180円 ※7…首がすわった生後3カ月～1歳未満（3/8時点）の子どもと母親対象 ※8…その他材料代など1,480円  
※9…その他材料代など790円

**催し** 問い合わせは各センターへ

## 岡山ふれあいセンター

### ふれ愛フェスタ2026

☎2月23日(祝)10時～14時 ☎ワークショップ、フリーマーケットほか ☎詳細はHPで

## 西大寺ふれあいセンター

### ちいさな写真展

☎3月4日(水)～8日(日) ☎西大寺高校写真部による写真展

☎詳細はチラシ・HPで

### プール臨時休業のお知らせ

☎2月13日(金)～17日(火)

## 北ふれあいセンター

### わくわく人形劇

☎2月22日(日)11時～12時頃

☎100人（未就学児は保護者同伴） ☎2月12日までに

### WAKU★WAKUふれあいDAY in 北ふれあいセンター

☎3月8日(日)10時～15時 ☎フリーマーケット、マルシェなど（詳細はHPで） ☎フリーマーケット出店者募集は2月16日17時まで

## 西ふれあいセンター

### 親子でいっしょに走り方教室

☎2月23日(祝)10時～11時30分 ☎対小学1～3年生と保護者（保護者1人につき小学生2人まで） ☎12組 ☎2月13日までに  
フローライトヨガ

☎2月28日(土)19時15分～20時30分 ☎対高校生以上

☎25人 ☎2月18日までに

## 南ふれあいセンター

### 親子で一緒に！すくすくサポートエクササイズ

☎2月22日(日)13時30分～14時15分 ☎対3・4歳の子どもと保護者 ☎12組 ☎2月12日までに

### 親子で手ごねピザ教室

☎3月8日(日)10時～12時30分 ☎対小学生と保護者

☎5組 ☎2月27日までに

### ちょっと素敵な映画会「レンタル×ファミリー」

☎2月14日(土)①10時～12時②14時～16時 ☎各回先着198人

## ウェルポートなださき

### 子育てハッピータイム

☎3月9日(月)10時～11時 ☎対首がすわった3カ月～1歳未満の子どもと保護者2人まで ☎15組 ☎2月27日までに