

フラガ

# さいでん だより

令和7年1月1日発行  
第83号

岡山市福祉交流プラザさいでん  
岡山市中区神下133-3  
Tel 279-2753

ホームページ: [http://www.city.okayama.jp/shimin/jinken/jinken\\_s00052.html](http://www.city.okayama.jp/shimin/jinken/jinken_s00052.html)

## サックスの生演奏を 楽しみませんか

申込必要

無料

桐野敏幸さんにお越しいただき、「ムード歌謡から見えてくる昭和」と題し、サックスの演奏会を開催します。「有楽町で逢いましょう」などの歌謡曲や、アラン・ドロンの主演の映画音楽「太陽がいっぱい」など、懐かしのメロディを演奏していただきます。昭和の音楽と一緒に聞きながら大いに若返り、明日からの生活のエネルギーにしていだければと思います。

日時 2月14日(金) 13時30分~14時50分  
演奏 楽団ひとり 桐野 敏幸さん  
定員 50人  
会場 福祉交流プラザさいでん大会議室  
共催 財田学区愛育委員会



## さいでん介護予防教室Ⅳ

申込必要

3つの用具を使う3B体操で、楽しく健康づくりに取り組みましょう。

日時 1月27日、2月24日、  
3月24日の月曜日(全3回)  
10時~11時30分  
講師 渋野 伸子さん  
(公益社団法人日本3B体操協会公認指導士)  
(健康運動指導士)  
定員 20人  
受講料 1回200円 \*当日集金  
持ち物 運動ができる服装、上靴、飲み物  
会場 福祉交流プラザさいでん大会議室

明けましておめでとうございます。  
本年もよろしくお願いいたします。

賀正



福祉交流プラザさいでん 職員一同

## 年末年始休館のお知らせ

12月29日(日)から1月3日(金)  
まで休館します。

[通常開館時間]

午前9時30分~午後9時  
(祝日も開館しています)  
※日曜日は午後5時に閉館  
※休館日・火曜日

# プラザ事業報告

## 令和6年度文化祭

ご来場の皆様、講座生の皆様、関係者の皆様  
ありがとうございました。

### ふれあい祭り

4年ぶりにふれあい祭りが開催されました。  
バザー、コーヒー、ゲーム、バルーンアートの4  
つのコーナーがあり、多くの方が参加してくださ  
いました。

ゲームに参加したり、バザーで買い物をした  
り、コーヒーで一休みしたりと、それぞれに楽し  
んでいただけたようでした。(10月20日)



### 展示の部・発表の部

展示の部では、小学生から高齢の方までの  
力作が勢ぞろいしました。センスが光る作品、  
季節を感じさせる作品など、それぞれの素晴  
らしさに目を奪われました。(10月20日)

発表の部では、10講座の講座生が日頃の  
練習の成果を存分に披露しました。軽い体操  
など、観客参加型の内容もあり、来場者全員  
が楽しめた発表会となりました。  
(10月27日)



### 防災について考えよう

地震や異常気象による被害のニュースが報  
道されることが多いためか、非常持ち出し袋  
の中身や備蓄食糧に関することの質問も多  
く、防災への関心の高さがうかがえました。

今回の展示をきっかけに、もしもの時の自  
分や家族の行動や備えについて考えてもら  
えたらうれしいです。

(10月20日)



# プラザ事業報告

## おやこであそぼう

保育士さん手作りのカラフルなおもちゃがたくさん並んでいて、どれから遊ぼうか迷うほどでした。廃材や100円ショップのアイテムを使ってとても工夫されていて、子育てのヒントも得られました。歌や手遊びも楽しみながら参加者どうしの交流もでき、楽しい時間を過ごしました。（9月6日）



## 竜操ええとこ発見ウォーク&正しい姿勢・歩き方講座

ウォーキングをより効果的にするためにストレッチ体操や日頃の姿勢などを事前の歩き方講座で教えていただきました。

当日は学んだ歩き方を実践しながら、幡多学区に残る西大寺軽便鉄道の線路跡を元気に歩きました。

（10月21日・29日 東公民館）

## 竜操中学校人権講演会

「自分も相手も大切に！幸せになれる生き方のヒント」と題した岡山コミュニケーション研修講演企画稲田尚久代表の講演会に3年生生徒、PTA、地域の方合わせて約250名が参加しました。

中学校生活が残りわずかとなり、進路選択も控え揺れ動く生徒たちにとって有意義なお話でした。（10月24日）



# プラザ事業報告

## サツマイモを収穫しよう

館庭で初夏に植え付けたサツマイモを収穫しました。

夏の猛暑と水不足で葉が茂らず心配されましたが、小さな手で畑を一生懸命に掘り、紫色のお芋が見え、掘り上げた時には大きな歓声が上がりました。

栄養委員さんに調理していただき、みんなで食べたご飯もとても美味しかったです。  
(10月31日)



## ワンワンショー

財田児童センターにかわいい4匹の犬たちが来てくれました。犬たちはトレーナーの命令に従ったり、投げたボールを取ってきたりと様々な技を見せてくれました。

またかけっこをしたり、なでたりして犬とのふれあいもでき、短い時間でしたが、楽しく過ごすことができました。  
(10月31日)



## 財田ええとこ発見ウォーク

浮田神社、天神一社楊田神社、生庶神社、天鴨神社に立ち寄りながら、学区内をウォーキングしました。財田地区社会福祉協議会の原会長から説明を受けた参加者の方からは、「へー、そうなん。」と新しい発見に驚きの声があがっていました。その後、栄養委員さんが作ってくれたおいしい豚汁とかやくご飯をいただきました。(11月8日)



※イベント・講座の申込は1月4日(土)9時30分から来館または電話で受け付けます。

## 味噌づくり教室

申込必要

発酵食品の代表格であるお味噌を手作りしてみませんか。大豆を炊く作業にも参加していただきます。仕込んだ後は各自で持ち帰り、熟成をします。



前回の味噌づくりの様子

日時 【大豆炊き】 2月6日(木) 10時~15時(可能な1時間程度)  
【味噌仕込み】 2月7日(金) 10時~12時

講師 馬場 敏彰さん(有限会社馬場商店社長)

定員 12人 持ち物 エプロン・三角巾・手ふき(6日・7日とも)

参加費 1,850円(材料代) \*お釣りのないようにご用意ください。

400円(仕込みタルセット 必要な人) 代金を添えて申し込んでください

申込締切 1月23日(木) 会場 福祉交流プラザさいでん調理実習室・図書室

## 楽しい手話

申込必要

手、指、動作で、コミュニケーションの世界を広げてみませんか?

日時 第2・4水曜日  
19時~20時30分

講師 岡山県聴覚障害者福祉協会  
より派遣

定員 10人

受講料 1回200円 \*当日集金

持ち物 筆記用具

会場 福祉交流プラザさいでん図書室

※随時入会受付しています。



## 子ども劇場

申込必要

無料

大型紙芝居やペープサートなど、楽しいお話が聞けますよ。

日時 1月23日(木)  
10時~10時40分

出演 お話ボランティア「積み木の会」  
のみなさん

内容 ペープサート



「3びきのこぶた」

大型紙芝居(何のお話かな) など

場所 東岡山IPUこども園こんこんホール  
(岡山市中区長岡4-108)

\*お車でお越しの方は、申込時に必ずお申し出ください。

## さいでん映画会

作品名 「アイネクライネ  
ナハトムジーク」

無料

★事情により上映作品が変更になることがあります。

日時 3月15日(土)  
13時30分から上映



場所 福祉交流プラザさいでん大会議室

※イベント・講座の申込は1月4日(土)9時30分から来館または電話で受け付けます。

財田学区栄養改善協議会 健康増進重点プロジェクト事業

## 「適正体重を知ろう」 講話とストレッチ

申込必要

無料

自分の適正体重を知り、バランスのよい食事や適度な運動習慣について学びましょう。

講話のあと簡単なストレッチをします。

日時 2月3日(月)10時~11時30分

講師 片山 敦子さん(運動指導員)

演題 「年齢にあった適正体重を知り、低栄養を防ごう」

定員 20人

参加費 無料

持ち物 動きやすい服装・飲み物

申込締切 1月27日(月)

会場 福祉交流プラザさいでん大会議室

主催 岡山市財田学区栄養改善協議会、岡山市



## 新着図書案内

※新着図書はひとり1回につき1冊の貸出です。  
※新着図書の貸出は1月4日(土)9時30分からです。

☆ 宙わたる教室 / 伊与原新

☆ 童話のレストラン / 富田まほ

☆ 赤と青のガウン

☆ 団地のふたり / 藤野千夜

オックスフォード留学記 / 彬子女王

貸出しができます

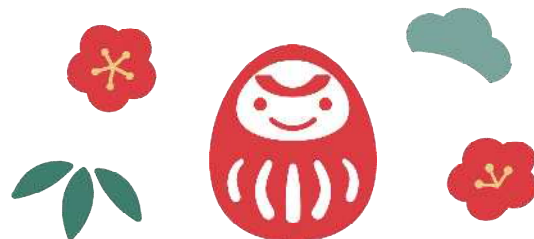
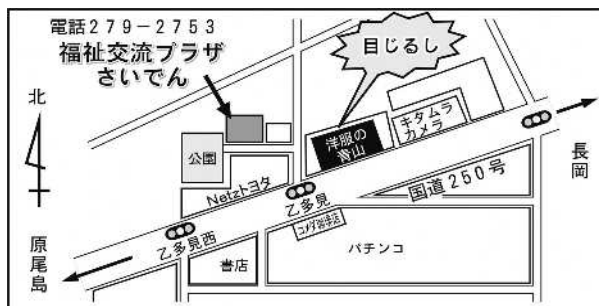


### 【館長の独り言】

館入口に置いてある水槽には、スッポンとコイとフナがいます。少し前までは小さくて細長い魚(種別不明)もいましたが、ある日こつ然と姿を消してしまいました。(おそらくスッポン君のしわざ)

エサやりは、私の日課となっています。そのため、私が水槽に近づくとみんながエサをおねだりしてきます。特にスッポン君は首を上下に振り、足をばたつかせてアピールしてきます。来館された方々からもかわいがられており、中にはスッポン君に名前を付けて呼ばれる方も。

館にお立ち寄りの際は、ぜひスッポン君とご対面ください。癒されること間違いなしです。



## 学校園点描

### あいさつは人権尊重のメッセージ

岡山市立竜操中学校長 河合浩一

先日の朝のこと、学校沿いの道を歩いていると、後ろから「おはようございます！」の声と共に自転車に乗った生徒が通り過ぎていきました。私が「さわやかなあいさつだなあ」と、つい思ったことをそのまま声に出すと、「ありがとうございます！」と返しながらか、そのまま校門へ入っていきました。次の朝も、次の朝も同じようにさわやかなあいさつが聞こえてきました。おそらく生徒は、気持ちのよいあいさつができる自分に誇りを持っているのでしょう。

大人であれ子どもであれ、人それぞれに誇りがあります。その誇りは、他人に自慢できるようなものである必要はありません。かけがえのない自分らしい生き方です。そんな生き方を大切にするこを、私たちは「人権尊重」と捉え、校訓の一つに掲げています。

少し大げさに言うと、あいさつは朝早くから頑張っているのをお互いに認め合うこと、人権尊重のメッセージと考えてよいでしょう。本校では生徒会が警察協働員やPTAのみなさまの協力を得てあいさつ運動を行っています。多くの方があいさつを交わす朝は活気に満ちており、一日の活力が湧いてくるようです。さあ、あいさつで竜操学区を盛り上げていきましょう。



# 令和6年度自主講座実施表

募集欄に斜線のある講座は定員に達しています。

	講座名	曜日	時間	必要経費		募集
				月額	1回	
日	日本民踊B	第3日曜	13:30~16:00	なし		
	水彩と色鉛筆画	第3日曜	13:00~16:00	500円		
月	ゆっくりヨガ	毎週月曜	12:30~13:30		500円	
	みんなで楽しくエアロビクス	毎週月曜	19:15~20:30	3,000円		
水	楽しい手描友禅	第1・3水曜	10:00~12:00 13:00~15:00	2,000円+材料代別途		/
	ハーモニカ教室	第2・4水曜	10:00~12:00	1,000円		
	楽しく健康体操&健康笑いヨガ &認知症予防	第4水曜	10:00~11:30	500円		
	アロマヨガ	第1・2・3・5水曜	9:50~10:50		600円	
	ピラティス	第1・2・3・5水曜	11:15~12:15		500円	
	ヨーガ	第1・2・3・4水曜	13:00~15:00		500円	
	卓球同好会	毎週水曜	15:15~17:15	ボール代実費		/
	華道(一生流)	第2・4水曜	10:00~12:15		1,200円	
	さいでん吟詩会(関心流)	第1・2・3・4水曜	15:10~17:10	2,000円+教本代(1部320円)		
木	絵手紙	第2・4木曜	10:00~12:00	1,000円		
	日本民踊A	第3木曜	13:30~16:00	なし		
	シルクカラオケA	第1・3木曜	13:00~16:00	1,230円		
	シルクカラオケB	第2・4木曜	13:00~16:00	1,230円		
	シルクカラオケD	第2・4木曜	10:00~12:00	1,230円		
	さいでん卓球	第1・3木曜 第2・4木曜	10:00~12:00 13:30~15:30	なし なし		/
	卓球サークル	毎週木曜	17:00~19:20	200円		/
	3B体操 ALTS	毎週木曜	19:30~20:50	2,000円		/
金	手編み教室	第1・2・3・4金曜	9:30~12:00	2,000円		
	八段錦・太極拳	第1・3金曜	10:00~12:00		500円	/
	いけ花サークルみやび	第1・3金曜	13:30~14:30	お花代実費		
	むつみ着付教室(初級)	第2・4金曜	10:00~12:00	1,000円		
	むつみ着付教室(上級)	第2・4金曜	13:00~15:00	2,000円		
	からころ太極拳体操	第1・3・4金曜	13:30~15:30		700円	
	シルクカラオケC	第2・4金曜	13:00~16:00	1,230円		
	運動教室チームエア-	毎週金曜	16:30~17:20	2,000円(月4回) 2,500円(月5回)		/
	ウクレレ教室	第2・4金曜	19:00~20:50	1,100円		
土	おくえ着付教室(初級)	第1・3土曜	10:00~12:00	1,000円		/
	おくえ着付教室(上級)	第2・4土曜	10:00~12:00	1,000円		/
	こどもいけばな	第1・3土曜	9:30~12:45		1,000円	
	ITF テコンドー	第2・4土曜	10:00~12:00		500円	
	ゼロから始める社交ダンス	第2・4土曜	13:00~15:00	1,000円		