

フラザ旭東だより

うごい

令和6年 12月 1日

第83号

岡山市福祉交流プラザ旭東

岡山市中区網浜837-4

電話・FAX 273-4280

plazakyokutou@city.okayama.lg.jp

年末のお飾り作り

いつもご好評いただいているお飾り作りです。

※汚れてもよい服装でお越しください。

日時：12月6日（金曜日）

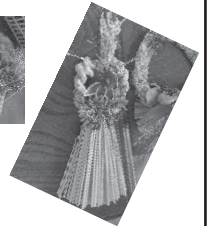
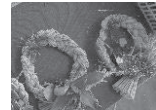
①午前10時～ ②午前11時～

講師：友野 弘子さん

定員：①②とも10人 場所：1階和室

材料費：400円

締切：定員に達するまで受け付けます。



<無料法律相談>

人権週間（12月4日～10日）にともない無料法律相談を行います。事故・相続・家庭内の問題等でお困りの方、ご遠慮なくどうぞ。定員は4人、1人30分、先着順です。

日時：12月12日（木曜日）

午後1時から3時15分

弁護士：村田 百合恵さん（予定）

場所：2階中会議室

※30分毎に5分の休憩をはさみます。
ご希望の時間でご予約下さい。

「がんと共に生きる」

毎年恒例の自主講座・がんサロン

「たんぽぽカフェ」の公開講座を行います。

日時：12月18日（水曜日）

午後1時30分から3時30分

講師：赤瀬 佳代さん

（がん性疼痛認定看護師

訪問看護ステーション^{はる}晴管理者）

場所：2階大会議室 定員：50人

参加費：無料

対象：地域住民・山陽学園大学看護学科の学生

※福祉交流プラザ旭東共催



新春のフラザ発表会

プラザ旭東で活動されているクラブ・サークルの方々に日頃の練習の成果を発表して頂きます。皆さんぜひお越しください。



日時：令和7年1月25日（土曜日）

午後1時30分から3時30分

場所：2階大会議室

参加費：無料

定員：50人



【出演】

- ♪ 吉備ギターアンサンブル
- ♪ バッハカンタータ（合唱）
- ♪ ル・ヴァンデスト（弦楽）
- ♪ 二胡

※詳細は決まり次第、館内掲示にてお知らせします。

「第20回フラザまつり旭東」を開催しました！

10月11日（金）・12日（土）に、「第20回フラザまつり旭東」を開催しました。秋晴れのさわやかなお天気に恵まれ、賑やかで楽しいおまつりとなりました。子どもゲームコーナーや、福祉の店の出店など、催しも充実し喜んでいただけました。

大会議室の展示は発想豊かな子ども達の作品や、こまやかな技術を感じる大人の作品が並び、皆さん熱心に観覧されていました。

ご来館頂いた皆さまや地域の学校園、町内会や運営協議会委員の皆さま、ボランティアでご協力くださった皆さまに、今一度、職員一同心より感謝申し上げます。

10月11日（金） 「お茶会」の様子



少し敷居が高いと思われがちなお茶会ですが、先生とお茶席の楽しみ方など、会話を楽しみながら、美味しいお抹茶と和菓子でゆったりとしたひとときを過ごしました。

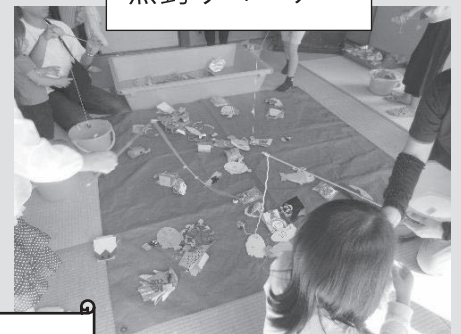


10月12日（土） 催しの様子

スーパーボールすくい



魚釣りコーナー



中学生ボランティアも大活躍でした！



ポップコーン・わた菓子



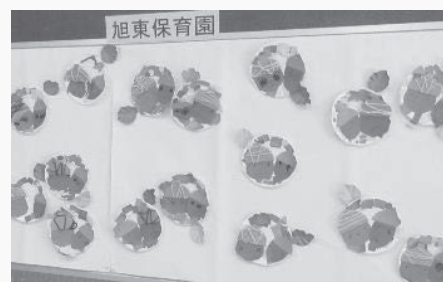
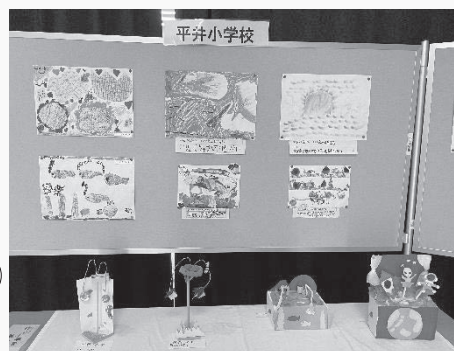
福祉の店



ダンボール工作



10月11日（金）、12日（土）作品展示の様子



「秋月彫」の
実演も見せて
頂きました!



《展示の部》

手描友禅・手芸・書道・秋月彫・絵手紙・パンとお菓子・インテリア書画・パッチワーク
着付け・がんサロン・折り紙・鳥城彫・旭東学区愛育委員会・旭東児童センター・旭東小学校・
旭東幼稚園・旭東保育園・平井小学校・平井幼稚園・平井保育園・東山中学校ほか
たくさんの出品の中、一部の掲載となっております。ご了承ください。

講座のご案内

受付開始は12月1日(日曜日)午前9時30分から。
お電話もしくはご来館でお願いいたします。

定員になり次第締め切りとさせていただきます。受講料等は釣銭のないようご準備下さい。

《講座共通》：受講料 各回200円

《料理講座共通持ち物》：エプロン・マスク・三角巾



年末のおもてなし料理

彩り鮮やかな数々のお料理をワンプレー
トに盛り付けて。こころがほっこりする
和のお料理で、大切な方をおもてなしし
ましょう。先生のオリジナルレシピです。

日時：12月8日(日曜日)
午前10時～午後1時

講師：栗元 百恵さん
(大人家庭料理教室主宰)

場所：1階調理室

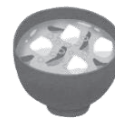
材料費：2,000円

定員：8人 (写真はイメージです)

締切：12月5日(木曜日)



味噌作り講座



自分で作ったお味噌の味は格別。
初めての方もぜひチャレンジしてみて下
さい。手前味噌は、美味しいですよ。

日時：令和7年2月12日、3月12日
いずれも水曜日

午後1時30分～3時30分

講師：谷合 裕子さん
(食育インストラクター)

場所：1階調理室

材料費：1,000円

定員：8人

持ち物：味噌を入れる容器(約1kg)

締切：各回とも1週前の水曜日

内容は同じです。

ご希望の日を選んで下さい。

3B体操

元気な体でいつまでも暮らしたい!でもハードなのは
ちょっと。。そんな方にも、簡単な動きから始めて、
運動が習慣になるようにお手伝いします。

日時：令和7年2月から3月の第1・3水曜日

午前10時～11時まで

※運動が出来る服装で飲み物を

講師：渋谷 伸子さん(健康運動指導士) 持ってお越し下さい。

場所：2階大会議室

※12月・1月は第3水曜日に開催します。

定員：20人 締切：各回とも2日前 【開催日】12/18、1/15、2/5、2/19、3/5、3/19

3B体操は

幼児からご高齢の方
まで、楽しみながら
できる体操です。

令和5年度人権啓発標語展優秀作品

『いいところ 見つけてみとめて いじめなし』 小学校中学年

旭東児童センターからのお知らせ(プラザ旭東共催)

年忘れお楽しみ会

「つんちゃん劇場」

令和6年12月21日(土)

午後2時～3時30分

チャレンジ大会

令和7年2月22日(土)

午後2時～3時

みんなおいでよ
センターへ!

旭東児童センター

岡山市中区旭東町2丁目2-12 ☎086-272-8902