

あかれんが



東公民館職員一同

本年もよろしく
お願いいたします。

新型コロナウイルス感染症対策にご協力ください。

- 体調が悪い時には来館をご遠慮ください。
- 検温や手洗い、アルコール消毒（使用した備品含む）、マスク着用、咳エチケットにご協力ください。
- 換気を行っています。
温度調節しやすい服装で来館ください。



主催講座のご案内

みんなの防災教室・非常食編

災害時の食支援

～命と心をつなぐ災害食づくり～

心身を支える「食」について学び、災害の困難を乗り越える力をつけましょう！簡単便利で美味しい災害食調理「パッククッキング」を実習します。

【日 時】2月24日（金）10時～12時

【講 師】岩崎由香里さん（山陽学園短期大学教授）

【内 容】災害時の食生活や栄養効果・食事の工夫の解説と実習（パッククッキングで作るクリームパンネ）

【定 員】20名 【材料代】300円

【持参物】エプロン、三角巾、タオル

【申込み】電話または直接来館にてお申し込みください。



園芸でつながりを育てましょう！

東公民館の花と緑の企画会



東公民館の園芸活動をご一緒に計画しませんか？

話し合いの後にタネまきもします。ぜひご参加ください。

【日 時】3月25日（土）10時～11時30分

※動きやすい服装で飲み物をご持参ください。

パソコン講習・パソコン相談室

*協力：東パソコンサークル

■「パソコン入門」①（全2回）

【日 時】2月18日、25日（土）13時～15時

「パソコン入門」②（全2回）

【日 時】3月18日、25日（土）13時～15時

【参加費】①②とも各1,000円（テキスト代含む）

【定 員】①②とも各5名

【申込み】①…受付中

②…2月18日（土）9時30分から受付。

電話、FAX、メールまたは直接来館にて。

*講座開始 10 分前にお越しください。公民館のパソコン（先着）の使用もできます。

■「パソコン相談室」（参加費無料、申込み不要）

2月25日（土）、3月25日（土）15時～16時

名作劇場（映画鑑賞会）

<申込不要・参加無料> *協力：あかれんがクラブ
換気で窓を開けるため、服装を調整して来館ください。定員30名。

【日 時】3月27日（月）9時30分～12時

【上映作品】『ガス燈』（洋画 114分 1944年公開）

モノクロ 日本語字幕付き

新型コロナウイルスの感染症拡大の状況により、掲載内容を中止・変更する場合があります。

最新の情報はホームページやフェイスブック（ほぼ毎日更新）でご確認ください。

●東公民館
ホームページ



●東公民館
フェイスブック



●東公民館
E-mail



*令和2年6月15日より、当館のホームページ URL が変更となりました。

【地域応援人づくり講座】

竜操学区支え合いネットワーク交流会 +(ぶらす) 地域ワークショップ

「自分たちの地域は自分たちでつくろう！」と
がんばっている皆さんといっしょに
竜操学区の未来を語りあいましょう！
地域活動に興味関心のある方も、
ぜひご参加ください！参加無料です。



【日 時】3月11日(土) 10時~12時

【内 容】竜操中学校区の地域活動について
事例発表・情報交換 など

【定 員】30名

【申込み】2月6日(月) 9時30分から電話または
直接来館にてお申し込みください。

特性に合わせたお片付け

*共催：ウィズはあと

家族みんなで取り組むお片付けで「毎日の暮らし
が笑顔になる」仕組みを一緒に学びましょう！

発達障害のある方や、そのご家族にも
ぜひ聞いていただきたいお話です。
参加無料です。



【日 時】2月17日(金)

19時~20時30分

【講 師】松井朋美さん(整理収納アドバイザー)

【定 員】25名

【申込み】電話または直接来館にてお申し込みくだ
さい。

クラブ講座活動発表について

文化祭に代わるクラブ講座の活動発表、
作品展示と発表日時は次のとおりです。

【発表】 ※各30分程度、入替制で定員を設定します

- 3月4日(土) 会場：1階福祉室
 - 10時~ 大正琴A・B
 - 11時~ オカリナクラブアモーレ
 - 11時45分~ 日本舞踊
 - 12時30分~ 日本民謡
 - 13時15分~ 岡山東二胡同好会
 - 14時~ コール東
 - 14時45分~ 謡曲・仕舞
 - 15時30分~ 韓国打楽器チャンゴ
 - 16時15分~ ひまわりマジック
- 3月5日(日) 会場：1階福祉室
 - 9時30分~ 箏講座・子ども箏教室
 - 10時30分~ 和太鼓クラブ・和太鼓(絆)
 - 11時45分~ 詩吟(北山流)
 - 12時30分~ 東岡山語りの会“東風”
 - 13時15分~ 太極拳
- 3月13日(月) 会場：2階研修室
 - 10時~ みんなで踊ろうウェイウェイズンバ!
からだ向きあうストレッチ
- 3月20日(月) 会場：2階研修室
 - 10時~ 楽しいキーボードピアノ
- 3月26日(日) 会場：2階研修室
 - 14時~ 朗読をたのしむ会



*下記以外にも部内発表会を実施するクラブ講座も
あります。



【展示】

- 1階ロビー
 - ・1月15日(日)~1月29日(日) 俳句クラブ
 - ・3月11日(土)~3月25日(土) 楽しむ書芸
- 1階ガラスケース
 - ・1月17日(火)~2月21日(火) 着付け教室
- 2階廊下
 - ・3月4日(土)~3月5日(日) 地区図書館研究会
 - ・3月9日(木)~3月23日(木)
朗読ボランティアグループ「ふらここ」
- 2階研修室、第2講座室、和室
 - ・3月4日(土) 10時~12時
裏千家花月之式同好会 茶道体験会
 - ・3月4日(土)~5日(日) 9時30分~17時
(5日は16時まで)
俳画、ペンと実用書、彩クラブ、表装、
楽しい絵手紙、陶遊クラブ、洋裁クラブ、
ビーズ・アクセサリー教室(体験会あり)



閉館中の駐車場出入口閉鎖のお知らせ

東公民館の資源化物拠点回収場所に、公民館では回収出来ないものの不法投棄が増加しています。各種注意書き及び公民館職員・警察官の巡回等、様々な対策を取っていますが、夜間の投棄が多い現状を鑑み、閉館中の公民館の駐車場出入口を閉鎖することになりました。

閉鎖の開始日時及び時間帯は次のとおりです。

【開始日】令和5年4月1日(土)

【時間帯】21時～翌9時まで(日のみ17時～)

※水・祝・年末年始などの閉館日は**全日閉鎖**です。

<資源化物拠点回収のルール>

回収日時：開館日の9時30分～17時

回収品目：空き缶、空きびん、食品トレイ(発泡・透明)、
蛍光管、スプレー缶(使い切ったもの)

※ペットボトル、乾電池、電球、古紙、古布、ダンボール、発泡スチロール、廃油、牛乳パック、小型家電、事業系の資源化物などは回収不可。



受賞おめでとうございます



令和4年全国社会福祉大会で幡多地区社会福祉協議会が全国社会福祉協議会会長表彰を受けました。表彰対象となったのは、社会福

祉協議会優良活動(ふれあい・いきいきサロン等)です。受賞メダルと表彰状をしばらく当館のロビーに展示させていただきました。

また、岡山市社会福祉協議会創立100周年記念大会にて、竜之口学区の「つくって食べて語ろう会」が表彰されました。

「これからも共に生きる豊かな地域社会に向けてサロン活動を続けていきたい」との事です。



大学生ボランティアが大活躍!

IPU 環太平洋大学サッカー部地域貢献グループに、定期的に公民館のお庭の手入れをしてもらっています。大学生ボランティアたちのおかげで普段あまり手が付けられないところもとてもきれいになりました。これから公民館をはじめとして地域でいろいろなボランティア活動をして活躍の場を広げていきたいとのことです。



おかやまっ子作品展



東公民館でおかやまっ子作品展を開催しています。竜操中学校区の小学生たちのアートの世界をぜひご鑑賞ください。

【期間】1月21日(土)～2月6日(月)

【場所】2階廊下

防災コラム EWI奏者・防災士リリーのちょっと防災

防災用品って特別な物、と思われてませんか?私は早朝ランニングをしています。その時に重宝するのがペンダント式のライトです。停電に備えて懐中電灯を用意されている方も多いと思いますが、両手が使えるライトはとても便利です。普段から使い慣れておかないといざという時に使えませんので、常日頃から使える物を揃えるのがお勧めです。

スマホを持たれている方も多いと思います。私はスマホ落下防止にストラップをつけて首から下げるようにしています。スマホ本体に直接ストラップは付けられないので、布製のスマホカバーにキリで穴を開けてストラップを付けています。

家の鍵も同様にストラップを付け、いざという時は首から下げられるようにしています。

常日頃から防災意識を持ち、いざという時に困らないようにしてくださいね。



令和5年度東公民館クラブ一覧

	No.	クラブ名	曜日	時間
書道	1	楽しむ書芸	第2・4土	10:00～12:00
	2	ペンと実用書	第2月	13:00～17:00
華道	3	池坊A	第1・3火	13:00～15:00
	4	池坊B	第1・3火	18:00～20:00
	5	小原流(華道)	第1・3木	13:00～15:00
茶道	6	裏千家茶道花月之式同好会	第3土	13:00～17:00
	7	茶道裏千家	第2・4木	13:00～15:00
着付け	8	着付け教室	第1・3火	10:00～12:00
	9	着付け同好会	第1火	18:30～20:30
語学	10	木曜日の英会話	第2・3木	15:30～17:00
	11	英会話(土)	第1・3土	10:00～11:30
	12	岡山英語クラブ	第2・4土	9:30～11:00
	13	中国語を楽しむ会	第2・4土	13:00～15:00
邦楽	14	スペイン語で交流	第2・4火	18:45～20:45
	15	詩吟(北山流)	第2・4木	10:00～12:00
	16	謡曲・仕舞	第1・3金	13:00～15:00
	17	大正琴A	第1・3火	10:00～12:00
	18	大正琴B	第2・4金	10:00～12:00
	19	箏講座	第2・4土	10:00～12:00
	20	篠笛同好会「光雅」	第2・4月	10:00～12:00
	21	楽しい和太鼓同好会	第2・4木	15:30～17:30
	22	和太鼓クラブ	第1・3土	19:00～21:00
	23	和太鼓(絆)	第2・3金	15:30～17:30
踊り	24	日本舞踊	第2・4月	10:00～12:00
	25	日本民踊	第2・4月	13:00～15:00
	26	傘踊り	第1・3木	13:00～15:00
	27	銭太鼓	第1・3金	9:30～11:30
合唱・歌	28	コール東	第1・3月	10:00～12:00
	29	なつかしのメロディ	第2・4金	10:00～12:00
	30	東公民館カラオケ同好会	第1・3火	13:00～15:00
楽器	31	岡山東二胡同好会	第1金 第3土	13:00～15:00
	32	オカリナクラブアモーレ	第2・4金	13:00～15:00
	33	楽しいキーボードピアノ	第1・3月	10:00～12:00
	34	韓国打楽器チャング	第1・3火	13:00～15:00
料理	35	男の料理教室	第3土	10:00～12:00
	36	韓国料理教室	第3木	9:30～12:30
古典	37	俳句クラブ(芙蓉会)	第3日	10:00～12:00
工芸	38	木燿クラブ	第1・3土	9:30～11:30
	39	陶遊クラブ	第2・4木	13:00～15:00
	40	木彫クラブ	第1・3火	13:00～15:00
	41	表装	第4土	10:00～15:00

	No.	クラブ名	曜日	時間	
絵画	42	俳画	第2月	13:00～17:00	
	43	油絵クラブ	第2月	13:00～17:00	
	44	彩クラブ(日本画)	第1月	10:00～15:00	
	45	藍クラブ(日本画)	第4木	9:30～12:30	
	46	楽しい絵手紙	第1木	10:00～12:00	
			第3木	13:00～15:00	
手芸	47	洋裁クラブ	第1・3金	10:00～12:00	
	48	編物	第1・4火	13:00～15:00	
	49	なでしこの会(リサイクル)	第1火	10:00～12:00	
	50	ビーズ・アクセサリー教室	第4金	10:00～15:00	
健康	51	リフレッシュ21 (歴史とウォークを楽しむ会)	第3火	館外 8:00～18:00	
	52	和みのヨーガ	第1・3木	10:00～11:30	
	53	練功&ヨーガ	第2・4土	13:30～15:00	
	54	健康増進笑いヨガ&認知症予防	第3土	10:00～11:30	
	55	整体ヨガ&コアトレ	第2・4木	10:00～12:00	
	56	太極拳	第1・3月	18:00～20:00	
	57	楊名時健康太極拳	第2・4金	13:00～15:00	
	58	中高年のための3B体操	第2・4火	13:30～15:00	
	59	やさしいストレッチ	第1・3火	10:00～12:00	
	60	ステップ&3B	第2・4木	13:30～15:00	
	61	みんなで踊ろうズンバ!	第2月と もう1日	10:00～11:00	
	62	からだと向きあうストレッチ	第2月と もう1日	11:00～12:00	
	ダンス	63	社交ダンス愛好会 (初級～上級)	第1・3金	19:30～21:00
		64	フォークダンスクラブ	第2・4火	18:30～20:30
手話・朗読	65	手話サークル竹の会	第1・3金	19:00～21:00	
	66	朗読ボランティアグループ 「ふらここ」	第2・4木	10:00～12:00	
	67	朗読をたのしむ会	第2・4金	10:00～12:00	
	68	東岡山語りの会“東風”	第3金	10:00～12:00	
	69	かあさん文庫	第1・3木	18:00～20:00	
	キッズ	70	子ども箏教室	第2・4土	15:30～17:30
		71	子ども英会話	第1・3月	18:00～18:45
映像	72	東公民館ビデオクラブ	第2火	10:00～12:00	
その他	73	百人一首同好会	第3日	9:30～14:00	
	74	ひまわりマジック	第2土	10:00～12:00	
	75	囲碁クラブ	第1土	13:00～17:00	
	76	地区図書館研究会	第3月	10:00～12:00	
	77	★東公民館源氏を読む会	第1・3日	10:00～12:00	

★印は新規クラブ
 ※令和5年1月19日現在の情報ですので、変更になることもあります。
 ・クラブ受講を希望される方は、東公民館窓口までお越しください。
 受講料のほかに雑費が必要になるクラブもあります。
 詳しくは公民館までお問い合わせください。