

# 東山公民館だより

第114号 2023. 2. 1

発行 岡山市立東山公民館

住所 〒703-8282 岡山市中区平井四丁目13-33

TEL&amp;FAX (086) 276-6202

ホームページアドレス

<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010852.html>

フェイスブック

<https://www.facebook.com/higashiyamakouminkan.okayama>

**ご来館の皆様へのお願い** 新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、次のことにご理解とご協力をお願いします。

★来館前には検温などで体調確認をし、必ずマスクを着用して上履き持参でご来館ください。

★定期的に換気を行っています。気候に合わせた服装でお越しください。

★感染症対策のため、通常より各部屋の定員を少なくしています。

★申込みが必要な主催講座は、必ず事前に申し込んでください。申込みがない場合、当日のご参加をお断りすることがあります。また、FAX、eメールでの申込みは、館からの受付完了通知がない限り無効です。

★新型コロナウイルス感染症の影響で、延期・中止・内容変更する場合があります。あらかじめご了承ください。

東山公民館  
フェイスブック東山公民館  
ホームページ

## 東山ふれあい大学

概ね65歳以上の方を対象に、5月から2月まで毎月開催しています。

### 【第10回】時事問題を説く

令和4年度も残すところ2か月となりました。そこで、令和4年(度)の気になる出来事を山陽新聞社の論説委員の方に説いていただきます。

〈日 時〉2月14日(火)13時30分～15時30分

〈場 所〉東山公民館 第1・2講座室

〈講 師〉山陽新聞社 論説委員

〈申込み〉東山公民館に直接、又は電話で

〈定 員〉40人(申込み先着順)

〈参加費〉無料



### 岡山大学教育学部附属特別支援学校

## 高等部の販売実習を行います

毎年、東山公民館を会場に行っていた販売実習ですが、昨年度はコロナ禍により行えませんでした。今年度は、行動規制が緩和されたこともあり次の内容で行います。多くの方のご来館を楽しみにしています。

〈日 時〉2月16日(木)10時～11時

〈場 所〉東山公民館 第2講座室

〈商 品〉ウェルカムボード、ピアマグ、1年置物(12個セット)、丸皿、雛人形(大・小)、鬼のマグネット、徳利おちょこセット、ミニ干支、蕎麦猪口、マグカップ、ソーサー、コーヒークップ、スプーン等



商品は  
備前焼  
作品!

## 第6回 桜を楽しむ ええとこ発見!ウォーキング大会

主催 ええとこ発見ウォーキング大会実行委員会

「ええとこ発見図」を持って、私たちが暮らす“まち”をあるきませんか。今年は、旭東学区の桜の名所をめぐるコース(約4km/1時間半程度)です。

〈日 時〉3月25日(土)10時～12時

〈集合・解散場所〉福祉交流プラザ旭東

(中区網浜837-4 ☎273-4280)

〈対象・定員〉小学生～大人 60人(申込み先着順)

〈参加費〉50円(保険代・申込時に集金)

※申込み締切後は返金不可

〈持ち物〉帽子、飲み物、タオル、マスク

動きやすい服装・靴でご参加ください。

〈申込み〉3月2日(木)9時30分から受付開始。

東山公民館又は福祉交流プラザ旭東の窓口にある申込書に記入し参加費を添えて3月18日(土)17時までにお申込みください(定員になり次第締切)。

〈雨天時〉小雨決行。傘が必要な場合は中止。判断が難しい場合は9時以降に公民館又はプラザ旭東にお問い合わせください。



### 岡山大学教育学部附属特別支援学校

## 中学部も販売実習を行います

中学部の生徒も販売実習を行います。高等部同様、多くの方のご来館を楽しみにしています。

〈日 時〉2月21日(火)10時30分～11時10分

〈場 所〉東山公民館 第1・2講座室

〈商 品〉手工芸製品(座布団、コースター、マグネット)園芸品(花、ハーバリウム)等

◆開館時間 平日&土曜日 午前9時30分～午後9時 日曜日 午前9時30分～午後5時

◆休館日 水曜日・祝日・年末年始(水曜日が休館日の場合はその翌日も休館日となります。)

※必ずマスクを着用して上履き持参でご来館ください。

## リリーさんの防災トークと miniコンサート

—災害はテレビの中の出来事ですか?—

【主催】オレンジカフェひらい(平井学区地域づくり会議)  
東山公民館(令和4年度地域応援人づくり講座)

### 防災講座

平成30年7月豪雨での災害ボランティア体験談  
や準備しておきたい非常袋や備蓄食を分かりやすく説明します

### コンサート

EWI(ウインドシンセサイザー)によるコンサート

〈日 時〉2月18日(土)11時~12時

〈講 師〉リリーさん(防災士・EWI奏者)

〈定 員〉40人(申込み先着順)

〈持ち物〉マスク・筆記用具

〈申込み〉受付中。東山公民館に直接、又は電話で

参加費 100円(飲み物代)

参加された方には**非常食**をお持ち帰りいただきます。



## 東山なないろシアター

### 2/28「映画 続・深夜食堂」

2016年 108分 日本

夜も更けた深夜に店が開き、“深夜食堂”と呼ばれる小さな食堂めしや。ある夜、常連たちが揃いも揃って喪服姿で現れる…。

〈日 時〉2月28日(火)10時~12時

〈定 員〉40人(申込み先着順) 〈参加費〉無料

〈申込み〉受付中。東山公民館に直接、又は電話で  
※3月はお休みです。



【主催】平井学区地域づくり会議

## オレンジカフェひらい



認知症予防を目的とした、どなたでも参加できるカフェです♪♪11月から、おいしいホットコーヒー再開しています！お気軽にご参加ください。

【3月 パンフルートがつなぐ人と人のこころ】

今井勉さんのパンフルート演奏です♪今井さんはレパートリーが広く、皆さんからのリクエストにも応えてくださいますよ。

〈日 時〉3月18日(土)11時~12時

〈講 師〉今井 勉さん(パンフルート奏者)

〈場 所〉東山公民館

〈定 員〉40人(申込み先着順)

〈持ち物〉マスク、上履き

〈参加費〉当日集金 100円(飲み物代)

〈申込み〉受付中。東山公民館に直接、又は電話で



\*パソコン講座 【主催】ITボランティア東山

### パソコン教室(Wordで案内チラシをつくらう)

Word 文書づくりの基礎と表作成のポイント。複雑な表作成にもチャレンジ。

〈日 時〉3月6日、13日、20日

いずれも月曜日 10時~12時

〈対 象〉Wordの基本操作のできる方

〈申込み〉必要 〈参加費〉900円

〈持ち物〉筆記用具、マスク、上履き

〈定 員〉10人(申込み先着順)

〈申込み〉2月6日(月)9時30分から受付開始

### パソコン塾(2月・3月)

初心者歓迎！パソコンの困りごと、操作のこと、何でもお尋ねください。

〈日 時〉2月13日・20日・27日、

3月13日・20日

いずれも月曜日 13時~15時

〈参加費〉1回300円 〈申込み〉必要



### 東山花壇花咲加志隊の皆さんへの感想・メッセージ募集中！(2月末まで)

東山公民館南側の植え込み、2つの門の間や実技室の外周に位置する花壇、そして、公民館出入口両側のプランターは1年中花を絶やすことなく来館者の皆さんを和ませてくれています。これらの手入れや数々の花は、当館のボランティア募集に応募していただいた東山花壇花咲加志隊の皆さんのおかげによるものです。

そこで、東山花壇花咲加志隊の皆さんに感想・メッセージを届け、共有することで東山公民館をもっと居心地の良い公民館にしてみませんか。感想・メッセージカードは公民館内に設置しています。



## 東山にここ親子ひろば

子育て中の親子が自由に集まって、ほっと一息つける居場所です。地域の愛育委員さんや保健師さんがあたたかく見守ってくれます。子どもさんの身長・体重も測れますよ。お気軽にお越しください。

〈日 時〉 3月14日(火) 10時30分～12時



※時間内入退室自由

※アップル文庫さんによる絵本の読み聞かせ、わらべうたなどがあります

〈場 所〉 東山公民館 研修室(和室)・なかよしの部屋

〈対 象〉 就園前の子どもとその保護者

【参加費】 無料 【申込み】 不要

## ひまわりサポーターズクラブ ～ 子どもたちの笑顔があふれる地域へ～

「発達障がい」に関わる人たちの情報交換や勉強会をしています。興味関心のある方ならどなたでも参加できます。申込みは不要です。時節柄、お茶を飲みながらのおしゃべりはできませんが、日ごろの悩みなどを語り合しましょう。

〈定例会〉 毎月第4木曜日 10時～12時

〈参加費〉 100円(初回は無料)

♥定例会以外に、子どもを交えた交流イベントや交流ランチ会などを不定期で実施します。



## 子ども食堂 えがお



料理をしたり勉強したり、子どもや大人が気軽に集える「居場所」です(コロナ禍の現在は調理参加は無し)。子ども食堂えがお運営委員会と地域内外のボランティアさんのご協力で開催しています。

〈予定〉 2月19日、3月19日(いずれも日曜日、11時から)

〈対象・定員〉 子ども～大人まで40人(申込み先着順)

〈食事代〉 子ども無料、大人(高校生以上)300円

〈持参物〉 上履き、飲物、マスク

※詳しい内容・申込み方法などは、そのつど学校等に配付するチラシに掲載してご案内します。

毎月介護  
予防教室

【共催】岡山市ふれあい介護予防センター  
**東山いきいき教室**

健康づくりと介護予防のための軽い運動や講話を、医療・福祉の専門職がお伝えします。参加費無料です。原則、毎月第2金曜日10時～12時開催です。

①2月10日(金) 10時～12時

「ストレスと上手に付き合えば、生活が変わる。」

②3月10日(金) 10時～12時

「正しい方法お伝えします。ストレッチ・筋トレ編」

〈対象・定員〉 概ね65歳以上、

各回35人(申込み先着順)

〈持ち物〉 筆記用具、上履き、マスク、飲物

〈申込み〉 ①は受付中、②は2月10日(金)9時30分から受付開始です。

東山公民館に直接又は電話で。



## リユースコーナーを開設します 〔期間限定〕

自分ではもう使わないけれど、きれいな不用品を持ち寄って、必要とする人に有効に使っていただきましょう。

【リユースコーナー開設期間】

3月6日(月)9時30分から

3月25日(土)16時まで

【持込期間】

3月6日(月)9時30分から

3月24日(金)16時まで

☆次のことにお気をつけください。

- 開設直後は持帰れる物があまりありません。
- 持込みの際は、必ず事務室に声をかけて手続きをしてください。なお、持帰りは自由です。
- 終了後、残った物は持込まれた方がお引き取りください(公民館からご連絡をさしあげます)。
- 使用済の下着類、電気製品、汚い物、再利用できない物、不衛生な物の持込みはご遠慮ください。
- 持込みの際に使われた袋、箱、ハンガーなどはお持ち帰りください。

※ その他、不明な点は公民館にお尋ねください。



## 料理講座室の大掃除にご協力ください

日 時 3月30日(木) 10時～12時

持ち物 エプロン、ゴム手袋、ぞうきん等



毎年恒例になりました、料理講座室の大掃除を行います。普段から料理講座室を使用されているクラブのみなさんをはじめ、お手伝いいただける方はご協力ください。

◆開館時間 平日&土曜日 午前9時30分～午後9時 日曜日 午前9時30分～午後5時

◆休館日 水曜日・祝日・年末年始(水曜日が休館日の場合はその翌日も休館日となります。)

※必ずマスクを着用して上履き持参でご来館ください。

## 令和5年度 東山公民館クラブ講座

☆入会希望の方には事前の見学(体験ではありません)をお勧めします。活動日が変更になることもありますので、確認の上、ご来館ください。また、3月31日まで(令和4年度)は、曜日・時間等が違う場合があります。  
☆受講料以外に、実費等が必要なクラブ講座もあります。

No.	曜日	時間	クラブ名	月額 受講料	No.	曜日	時間	クラブ名	月額 受講料
1	1・2日	10～12	スポーツチャンバラ	1,000円	28	2木	13～14半	元気UP!!笑いヨガ&認知症予防	500円
2	1・3日	10～12	岡山空手サークル	1,000円	29	2・4木	13～15	陶芸教室	1,000円
3	3日	15～17	フラメンコクラブ (ラス アニモーサス)	なし	30	2・4木	13～15	ハワイアンフラ レインボー	1,000円
4	2・4日	10～12	ジャズボーカル入門	1,000円	31	2・4木	13～15	実用ペン習字	1,000円
5	2・4日	13～15	社交ダンス同好会	1,000円	32	2・4木	18半～20半	妹尾たか子着物学園	1,000円
6	4日	9半～11半	ばる・ヨガ	500円	33	2・4木	19～21	はじめてのギター	500円
7	1・3月	10～12	わらく茶道同好会	なし	34	1・2金	10～12	アーモンドスマホ・パソコン クラブ	1000円
8	1・3月	10～12	ナッツパソコンクラブ	1,000円	35	1・3金	10～12	いきいき卓球	200円
9	1・3月	13～15	あの歌 この歌 皆で楽しく!	1,000円	36	1・3金	19～21	少林寺流空手道	1,000円 子ども500円
10	2・4月	10～12	美容ヨガ健康体操	1,000円	37	3金	10～12	スローライフ	なし
11	2・4月	13～15	ピンポンクラブ	なし	38	2・4金	10～12	詩吟を楽しむ会	1,000円
12	2・4月	15半～17半	Let's ピアノ	1,000円	39	2・4金	13～15	ピアノクラブA【新規】	1,000円
13	1・3火	10～12	日本民踊クラブ 長谷井会	1,000円	40	2・4金	15半～17半	ピアノクラブB【新規】	1,000円
14	1・3火	13～15	詩吟 岡山岳風会 福寿支部	1,000円	41	2・4金	19～21	KIRARAZUKA	1,000円
15	1・3火	13～15	絵手紙クラブ	1,000円	42	1土	10～15	折り紙クラブ	なし
16	1・3火	15半～17半	MFCパワーキッズ	1,000円	43	1・3土	10～12	新日本舞踊 あいの会	1,000円
17	1・3火	18～20	あかね空岡山【新規】	600円	44	1・3土	10～12	トーンチャイム	1,000円
18	2火	10～11時45分	いきいき会	なし	45	1・3土	13～15	英語で討論 (Discussion in English)	なし
19	2・4火	10～12	手づくりミュージカル 「ドラネコ座」	なし	46	1・3土	13～15	はじめての太極拳	1,000円
20	2・4火	13～15	中高年から始める らくらくピアノ	1,000円	47	1・3土	15半～17半	1945年の夏を語りつぐ会	なし
21	4火	13～15	東山楽しい山野草講座 (偶数月)	500円	48	1・3土	18～20	バンダ・フィラルモニカ岡山 (吹奏楽団)	なし
22	1木	10～15	染め物クラブ	なし	49	2・4土	10～12	気功・太極拳	1,000円
23	1・3木	10～12	からだコンディショニング	1,000円	50	2・4土	13～15	楽しむ絵画	1,000円
24	1・3木	10～12	女声コーラス Amabile	1,000円	51	2・4土	13～15	箏・三絃を楽しむ会	1,000円
25	1・3木	13～14:50	いきいきストレッチ	1,000円	52	2・4土	13～15	楽しいダンス教室	1,000円
26	1・3木	13～15	みんなで唄おう民謡クラブ	1,000円	53	2・4土	18～20	八重山うた 大哲会 岡山支部	なし
27	2木	9半～12	天然酵母のパン教室	500円					

### おかやまっ子作品展 2月2日(木)～16日(木)開館時間中

旭東小学校及び平井小学校の児童の作品(図画・  
立体工作)を東山公民館ロビーにて展示します。



### 2月・3月の公民館休館日

#### 2月の休館日

1日、8日、11日、15日、22日、23日

#### 3月の休館日

1日、8日、15日、21日、22日、29日

☆次回の東山公民館だよりは、4月1日発行予定です☆

★東山公民館メールアドレス higashiyamakouminkan@city.okayama.lg.jp