



ぶどうばたけ

No. 225

2023年2月1日発行

岡山市立旭東公民館

〒704-8183

岡山市東区西大寺松崎 310-1

TEL・FAX (086)943-1154

【旭東公民館】ホームページアドレス
フェイスブックアドレス
メールアドレス

<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010740.html>

<https://www.facebook.com/KyokutouKouminkan>

kyokutoukouminkan@city.okayama.lg.jp

旭東公民館



ホームページ

旭東公民館



Facebook

旭東公民館



メールアドレス

引き続き感染防止対策をお願いします

- ・来館前に体温測定し、発熱等の風邪の症状がある時、体調がすぐれない時は、来館を控えてください。
- ・館内ではマスクの着用をお願いします。
- ・来館・退館時には、手洗いまたは手指消毒をしてください。
- ・換気を行いますので、調整しやすい服装でお越しください。
- ・新型コロナウイルスの感染状況により、主催講座等の予定が変更になる場合があります。

地域応援人づくり講座

地域ええとこ発見講座 Part4 ～地域のお宝 再確認!!～

令和4年度の地域ええとこ発見講座最終回！
公民館から旧西大寺市駅を通り、情緒あふれる
レトロな街並みを一緒に歩きませんか。

お宝求めてプチ旅行 ウォーキング編7

西大寺 西川に架かる12の橋と情緒ある風景

【日 時】3月2日(木) 9:30～12:00

*雨天予定日：翌日3月3日(金) 9:30～12:00

【定 員】30名(先着順)【費 用】無料

【申 込】受付中 ※電話可

令和5年度 福寿大学

第1回 みんなで延ばそう健康寿命

【日 時】4月28日(金) 10:00～11:30

【講 師】ふれあい研究所代表 高見博子さん

【対 象】岡山市在住 65歳以上の方

【定 員】44名(先着順) 【費 用】無料

【申 込】4/3(月) 9:30以降に公民館へ

※電話可

旭東自然観察隊 冬の野鳥観察 ESD事業

【日 時】2月25日(土) 9:30～12:00*雨天中止

【講 師】那須敏さん

【対 象】どなたでも 【定 員】30名(先着順)

※小学2年生以下は保護者同伴

【費 用】保険料1人24円※雨天中止時返金不可

【服 装】動きやすい服装、運動靴、マスク

【持ち物】タオル、飲み物、双眼鏡(あれば)

【申 込】1/26(木) 9:30～2/20(月)

までに費用を添えて公民館へ。

地域応援人づくり講座

公民館で旅気分

～くつろぎのひとときを～

本館恒例の地域ええとこ発見講座(講座編)の
姉妹編。

日本のええとこを座学でご案内いたします。

お宝求めてプチ旅行 満喫!!『青春18きっぷ』の旅
～岡山発 西方面へ 普通列車で途中下車～

【日 時】2月9日(木) 13:30～15:00

【定 員】44名(先着順)

【費 用】無料

【申 込】受付中 ※電話可



お宝求めてプチ旅行 四国お遍路歩き旅<前編>
～阿波から土佐へ 歩き遍路体験談～

【日 時】3月16日(木) 13:30～15:00

【講 師】児玉忍さん

【定 員】44名(先着順)【費 用】無料

【申 込】受付中 ※電話可

地域応援人づくり講座

第1回旭東中学校区サロン交流会

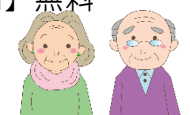
サロンとはどんなことをするのかと思ってお
られる方、近くにサロンがあれば参加してみよう
かなと考えておられる方など初めての方でも大歓迎！
みんなで楽しく情報交換をしませんか。

言って 聞いて やってみよう サロンに新風を!!

【日 時】2月16日(木) 13:30～15:30

【定 員】40名(先着順)【費 用】無料

【申 込】受付中 ※電話可



☆ 休館日 ☆ 毎週水曜日・祝日(水曜日が祝日にあたる場合はその翌日も)・年末年始

☆ 開館時間 ☆ 平日 9:30～21:00 日曜日 9:30～17:00

令和5年度 旭東公民館クラブ講座案内

No	クラブ講座名	講師名	週・曜日	時 間	受講料(月)	備 考
1	リラックス 整体	小寺 亜 弥	1.3月	10:00~12:00	500円/回	
2	パンフルートと歌	今 井 勉	2月	10:00~12:00	500円	
3	やさしい 整体	小寺 亜 弥	2.4月	10:00~12:00	1000円	
4	手話サークルなずな		2.4月	10:00~12:00	なし	
5	ペン 習 字	寺 谷 和 子	2.4月	10:00~12:00	1000円	
6	健康づくりと料理	沢 田 順 子	3月	10:00~12:30	500円	
7	楽しいパン・お菓子	田 丸 典 子	4月	10:00~12:00	500円	
8	木彫(芳野彫)	山 下 峰 男	1.3月	13:00~15:00	1000円	
9	リラックス ヨガ	金 川 愛 子	1.3月	13:00~15:00	1000円	
10	朗読トーク・トーク芥子山	遠 藤 寛 子	3.4月	13:00~15:00	500円	朗読・読み聞かせの学習会
11	うたのひろば	桧 山 武 雄	1.3月	13:30~15:30	1000円	
12	太極拳つばさの会A	大 塚 洋 子	1.3月	13:30~15:30	1000円	
13	M&A kids HIP HOPダンス(月)	富田敦夫・富田恵美	1.3月	17:30~19:30	600円	小学4年生以上対象
14	けしの実文庫		2月	19:00~21:00	なし	絵本の読み聞かせ、選書等の情報交換
15	文学散歩会	上 田 賢 一	1火	10:00~12:00	200円	名作・傑作集等を読む
16	茶道裏千家	松 原 宗 裕	1.3火	10:00~12:00	1000円	
17	表 装 A	伍 賀 卓 佑	2.4火	10:00~12:00	1000円	
18	ほっとほっと		2.4火	10:00~12:00	なし	発達障害をテーマとする会
19	初心者パンづくり	小 笠 原 清 美	1火	10:00~13:00	500円	
20	パンとお菓子	田 丸 典 子	4火	10:00~12:00	500円	
21	おしゃれ表装		1火	10:00~15:00	なし	
22	芥子山オカリナー・フィオーレ	藤 澤 貴 代 美	2.4火	12:30~14:30	1000円	
23	表 装 B	伍 賀 卓 佑	2.4火	13:00~15:00	1000円	
24	パッチワークキルト	林 寿 子	2.4火	13:00~15:00	1000円	
25	太極拳つばさの会B	岸本ふさ・佐藤秀志	1.3火	13:30~15:30	1000円	
26	芥子山オカリナー・アリエッタ	藤 澤 貴 代 美	2.4火	14:30~16:30	1000円	
27	M&A kids HIP HOPダンス(火)	富田敦夫・富田恵美	1.3火	17:30~19:30	600円	小学2年生以上対象
28	3B体操 Shine+	小 川 喜 美 子	2.4火	19:00~21:00	1000円	
29	旭東ウォーキング		2水	10:00~12:00	なし	館外で実施
30	水 墨 画	石 野 徳 二	2.4木	9:30~11:30	なし	
31	絵 手 紙 A	久 保 悦 子	1木	10:00~12:00	500円	
32	歌のパラダイス	松 本 園	2木	10:00~12:00	500円	
33	箏曲研究会	熱 田 み は る	1.3木	10:00~12:00	1000円	
34	着付け & マナー	植 木 久 美	2.4木	10:00~12:00	1000円	
35	棒 ビ ク ス	藤 原 全 美	2.4木	10:00~12:00	1000円	

※旭東公民館主催講座のお申し込みの際にいただいた個人情報は、当該講座のみに利用し、他の目的には利用いたしません。

※ただし、新型コロナウイルスの感染に関して、必要に応じて保健所等の公的機関へ個人情報を提供することがあります。

R5.1.16 現在

No	クラブ講座名	講師名	週・曜日	時 間	受講料(月)	備 考
36	土 ひ ね り		1木	10:00～15:00	なし	材料費実費
37	絵 手 紙 B	久 保 悦 子	1木	13:00～15:00	500円	
38	ハ ワ イ ア ン ・ フ ラ	藤 原 恵 美 子	1.3木	13:00～15:00	1000円	
39	歌 笑 会		2.4木	13:00～15:00	なし	高齢者カラオケ
40	手話サークル芥子山		2.4木	19:00～21:00	なし	
41	ふるさとの歴史散歩	伊 藤 晃	3木	7:00～18:30頃	600円	4～6月、9～11月のみ実施 館外
42	かぎ針編みを楽しむ	長代亜希子	3金	10:00～14:00	300円	
43	琴伝流大正琴愛好会	本橋小千代	1.3金	10:00～12:00	1000円	
44	書 道	小野玲華	1.3金	10:00～12:00	1000円	
45	着 付	国井佳子	2.4金	10:00～12:00	500円/回	
46	水 彩 画	大橋淳男	2.4金	13:00～15:00	1000円	
47	P C	村野恵治	2.4金	13:00～15:00	1000円	ホームページ作り
48	ヨ ガ	三宅初恵	1.3金	13:30～15:30	500円/回	
49	ゆ め ゆ め		1.3土	10:00～12:00	なし	紙芝居勉強会
50	旭東ディスコン	川人久美	1.3土	10:00～12:00	600円	
51	花教室、ザ・イケバナとアレンジ	山田華京	2.4土	10:00～12:00	1000円	
52	みんなの英会話	ライト・カエル・オーブリー	1.3土	13:00～15:00	500円/回	
53	ビ デ オ	南條節夫	4土	13:00～15:00	500円	
54	子どもおこと	瀬戸川歌夕貴	2.4土	13:30～15:30	1000円	子ども対象
55	詩吟(関西吟詩)	原田天照	1.3土	14:30～16:30	1000円	
56	琴	時実歌慧	4土	18:30～20:30	500円	
57	大人のためのピアノ教室	小西喜久恵	2.4日	9:30～12:00	1000円	
58	小品盆栽		2日	10:00～12:00	なし	8月休み、5月、11月外部学習
59	パ ソ コ ン	金瀬恭輔	1.3日	10:00～12:00	1000円	
60	サンデー手作りパン	田丸典子	4日	10:00～12:30	500円	
61	そば道場		3日	13:30～15:30	なし	

【ロビー展示】

ロビーでは引き続き今年度の成果を展示しております。お気軽にお越しくださいませ。

期 間	クラブ名
令和5年1月19日(木)～1月31日(火)	土ひねり
〃 2月2日(木)～2月14日(火)	水墨画
〃 2月16日(木)～2月28日(火)	手話サークル芥子山

☆講座の申込について☆ 受講希望のご本人様もしくはご家族様からの申込を受け付けております。
ご友人等からの申込は不可となりますのでご了承ください。

～人物探訪～ / ルーエッセイ 第76回 第15回 地域ふれあいウォーキング大会のご報告

11月20日(日)、晴天のもと3年ぶりにウォーキング大会が開催されました。古都小学校に可知6名、芥子山15名、古都30名、外部からの方を加えて56名の参加者が集まり、古都の子ども達による和太鼓の演奏で幕を開けました。

旧山陽道沿いの藤井・鉄町内を通る比較的短いコースを、室町時代や江戸さらに幕末の時代につながる解説を聞きながらのウォーキングでした。

公民館、保健センター、小学校、健康21、愛育、栄養、交対協、体協、町内会ほかの協力で開催ができました。例年では温かい「お汁粉」が出るのですが、コロナの為、ジュースパックであったのは残念でした。来年を期待します。

古都学区連合町内会長 人見 享



旭東!!元気!!!いきいき健康講座 高齢者のうつ病の予防法について ～うつ病予防で、目指せ健康なこころ～

主催 旭東健康21

【日 時】2月10日(金) 10:00～11:30

受付 9:40～10:00

【講 師】川崎医療福祉大学特任教授

塚原 貴子さん

【定 員】40名(先着順) 【費用】無料

【申 込】受付中 ※電話可

大人の手作り講座 ※託児付き

託児協力：旭東中学校区の愛育委員会

押し花フレーム

【日 時】2月14日(火) 10:00～11:30

【講 師】片山和代さん(クラフト作家)

【定 員】15名(先着順) 【材料費】700円

【託 児】定員6名 ※詳しくはお問合せください。

【持ち物】はさみ、飲み物、マスク着用

【申 込】2/7(火)までに材料費を添えて公民館へ。

※見本が公民館にあります。

旭東いきいき介護予防教室

共催 岡山市ふれあい介護予防センター
発見！自分に合った運動

【日 時】4月18日(火) 10:00～12:00

【対 象】岡山市在住のおおむね65歳以上の方

【定 員】44名(先着順) 【費用】無料

【持ち物】マスク、筆記用具、飲み物

【申 込】3/14(火) 9:30以降に公民館へ

※電話可

ほほえみくらぶ

共催 ほほえみくらぶ・旭東公民館
介護予防についての勉強、頭と体の体操、ゲーム等を行います。

【日 時】4月16日(日) 9:45～11:45

【対 象】旭東中学校区にお住まいの60歳以上の方

若い方でも介護予防に関心のある方は

ご参加お待ちしております。

【定 員】20名(先着順)

【材料費】100円 ※当日集金

【持ち物】マスク、飲み物

【申 込】3/19(日) 9:30以降に公民館へ

※電話可

休館日のご案内

【休館日】

水曜日、国民の祝日

※国民の祝日が水曜日にあたる
ときはその翌日、年末年始

【2月】

11日(土) 建国記念の日

23日(木) 天皇誕生日

【3月】

21日(火) 春分の日

パソコン楽習会 スケジュールのお知らせ

「パソコン楽習会」は、月4回の実施となります。旭東ネットワーククラブが運営している会員制のパソコン相談教室です。興味のある方はぜひ見学にお越しください。

【日 時】原則、第1・3日曜日 13:00～15:00

第2・4土曜日 10:00～12:00

【2・3月の実施日】2/5(日)、2/18(土)、2/19(日)、2/25(土)

3/5(日)、3/11(土)、3/19(日)、3/25(土)

【会 費】1ヶ月 500円 【申 込】公民館へ ※電話可

※詳細は、楽習会のホームページをご覧ください。

<https://www.kynet-gaku.com/>

(携帯電話でこちらのQRコードからもアクセスできます→)

