

岡輝公民館

岡山市立岡輝公民館
〒700-0865 岡山市北区旭本町1-80
TEL/FAX 086-222-0855
Eメール koukikouminkan@city.okayama.lg.jp



岡輝公民館の最新情報・お問合せはこちらから！

ホームページ



Facebook



eメール



講座のご案内

「ザッツエンターテイメント」(今年度最終回)

おとなのためのおはなし会

中央図書館などで、読み聞かせ活動をしている「おはなしグループモモ」のみなさんが、いつもと違う「大人のためのおはなし」を聞かせてくれます。

3/16(木) 13:30～

【2/24(金) 10時から受付開始、定員になり次第終了】

- プログラム:①桃太郎
②ねずみ教
③金のさかな
④水のたね
⑤くるみ割りのケイト

■参加費:無料

■定員:25名(先着順)



元気ハツラツ長生き岡輝21

「健康づくりのつどい」

～With コロナのフレイル予防～

2/19(日)9:30～12:00

■内容:医師・歯科衛生士による講演

推進宣言、体力測定、骨密度測定

フレイルチェック、食育SAT

医師・介護予防相談、など



※岡輝公民館全館を使い開催します。

公民館入り口で受付をしてからの入館となります。事前のお申込みは不要ですが、来場者が多数の場合入館・入室を制限する場合があります。詳細はホームページ、または公民館にあるちらしをご確認ください。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況によっては中止の場合があります

主催:元気ハツラツ長生き岡輝 21

共催:岡南・清輝学区(連合町内会・民生児童委員会・愛育委員会
婦人会・栄養改善協議会・体育協会)

岡南地区社会福祉協議会・岡山市北区中央地域包括支援センター
岡山市ふれあい介護予防センター・岡山市北区中央保健センター
岡輝公民館

岡輝よりそいの会主催

「ひなまつりサロン」

楽しいひと時を過ごしませんか？

3/23(木) 13:30～15:00

【2/20(月) 10時から受付開始、定員になり次第終了】



- 内容:おひなさまの工作
大正琴演奏(たのしい大正琴クラブ)
脳トレ(予定)

■参加費:無料

■定員:20名(先着順)

※水分補給の飲み物をご持参ください。

「岡輝よりそいの会」は生活支援活動をしています

岡輝中学校区にお住まいの概ね 75 歳以上の独居または夫婦のみの世帯を対象に、話し相手やごみ出し等のお手伝い(1 時間以内)をしています。ご依頼・ご相談は、岡輝公民館へお願いします。

毎月第1 金曜日の 10 時から定例会をしています。生活支援活動に関心のある方は、足を運んでみてください。



「高校生から教わるスマホ講座」

2/13(月)13:00~15:00

【申込受付中】

■参加費:無料

■定員:20人

岡山南高校の生徒がスマホの使い方やアプリの事を教えてくれます。

※スマホの貸出しはありません。ご持参ください。



岡輝 IT ボランティア

「楽しいパソコン教室」

ラベル屋さんを使ってみよう! (今年度最終回)

2/27(月)10:00~12:00

3/6(月)10:00~12:00

■参加費:2回(2日間)で500円

■定員:10人

※ご自身のノートパソコンをお持込みください。

インターネットに接続する場合は Windows10 以降のシステム、及びウイルス対策ソフトが導入済みである必要があります。

(Windows8 以前のシリーズはマイクロソフト社のサポートが終了しました。上記の要件が満たせない場合は、ご相談下さい)



岡輝 IT ボランティア

パソコン初心者さんいらっしゃい!

「岡輝 IT 寺子屋」

3/5(日)10:00~12:00

3/23(木)10:00~12:00(今年度最終回)

■参加費:1回100円

■定員:10人

※ご自身のノートパソコンをお持込みください。

インターネットに接続する場合は Windows10 以降のシステム、及びウイルス対策ソフトが導入済みである必要があります。

(Windows8 以前のシリーズはマイクロソフト社のサポートが終了しました。上記の要件が満たせない場合は、ご相談下さい)

岡輝 IT ボランティアでは、一緒に活動をしてくれるボランティアを募集しています。パソコン初心者の方でも大丈夫です。一緒に学び、成長しましょう!

岡輝公民館ボランティアグループ

「岡輝みんなの地域ねこ活動」

岡輝公民館主催講座



にゃんでも相談会

■日 時: 毎月第3土曜日午後3時~4時

■会 場: 岡輝公民館(事前にお申込み下さい)

地域応援人づくり講座

「娯楽 DVD 鑑賞講座」

みんなで楽しく DVD を鑑賞しよう(今年度最終回)

第5回「深夜食堂」

~繁華街の路地裏にある深夜営業の食堂~

3/18(土)13:00~

【2/18(土)から受付開始】

■参加費:無料

■定員:30人

2015年公開の日本映画。

深夜0時から朝の7時ごろまでしか営業しない「めしや」。この店を舞台に、マスターと客たちとの交流を描く。出演:小林薫、高岡早紀、柄本時生、他



「岡輝ふれあい元気教室」 (介護予防教室)

百寿者の心に学ぼう

~心も元気に認知症予防~(今年度最終回)

3/28(火)10:00~12:00

【3/2(木)10:00から受付開始】

■参加費:無料

■定員:30人

■対象:おおむね65歳以上の岡山市民の方

※お申込みは岡輝公民館へご連絡ください。

初めてのご参加の場合はお申し出ください。

~教室についてのお問い合わせ~

岡山市ふれあい介護予防センター北事務所
電話 086-251-6517 8:30~17:00(土・日・祝を除く)



モットイナイまだつかえる品活用コーナーについて

多くの皆さまに活用して頂きありがとうございました。

今年度は夏と冬に開催しましたが、令和5年度は少し趣向を変えて全4回で開催したいと考えております。

来年度も皆様のご来館をお待ちしております。

