

岡山市立岡西公民館だより

ふれあい

発行:岡山市立岡西公民館^{こうさい}

〒700-0054 岡山市北区下伊福西町 1-48

電話/FAX:(086)253-7581

【ホームページアドレス】<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010954.html>

【eメールアドレス】kousaikouminkan@city.okayama.lg.jp



気を緩めずに続けよう! 来館時は感染防止対策をお願いします!

感染症対策をみんなで確認・共有して活動を続けていきましょう。3つの密(密集・密接・密閉)を全て避ける“ゼロ密”も意識してください。館内は常時換気に努めています。室温がかなり低い状態の日もありますので、防寒着等体温調節のしやすい服装でご来館ください。また、公民館内でマスク着用中は、水分補給など体調管理にも十分ご注意ください。引き続きご理解・ご協力をお願いします。

① 毎朝、体温測定・体調のセルフチェックを。

※ 毎日測定することで平熱が把握できます。

※ 体温測定を忘れた方は公民館事務室にお声かけください。



② 発熱やのどの痛み・咳等がある場合や体調がすぐれない時は、来館を控えてください。



③ 公民館に来たとき・帰るときは、丁寧な手洗いまたは手指消毒をお願いします。



④ 公民館内では、マスク着用と「咳エチケット」の徹底を。

*咳エチケットとは…

- ・マスクを着用するときは、口と鼻を覆う。 ・咳やくしゃみをマスク無しや、手で押さえてしない。
- ・水分補給中など、マスクを外している時に咳やくしゃみが出るときは、袖で口と鼻を覆う。 など



今後の新型コロナウイルス感染症流行状況によっては、今号の岡西公民館だより「ふれあい」でご案内している講座・事業等の予定を変更し、延期や中止とする場合があります。引き続き、ご理解いただきますようお願いいたします。

主催講座のごあんない

■ひだまりサロン■

お互いに教えあいながら、各々で取り組める手芸や工作を行います。

日時	内容	持参いただく物
2月24日(金) 10:00~12:00	ケイタイ入れ(小さなポシェット)づくり	筆記用具・裁縫道具・マスク
3月24日(金) 10:00~12:00	お灸について 講師 岡山県鍼灸師会 会長 國安俊成さん	筆記用具・マスク

【定員】 35人(先着順) 【対象】 おおむね65歳以上の方 【受講料】 無料

【参加費】 1人1回200円程度

【申し込み】 受付中。電話または岡西公民館窓口で必ず事前にお申し込みください。

■介護予防教室『岡西ふれあい元気教室』■

共催:岡山市ふれあい介護予防センター北事務所

いつまでも元気で暮らせるよう、介護予防に関する講話と実技を行います。

日時	内容	申込開始日
2月13日(月) 10:00~12:00	自分で取り組める体力チェックを知ろう!	1月30日(月)
3月13日(月) 10:00~12:00	認知症の前段階を知ろう! 脳トレ大紹介	2月27日(月)

【対象】 おおむね65歳以上の岡山市民の方 【受講料】 無料 【定員】 40人(先着順)

【持参いただく物】 マスク、水分補給用の飲み物、筆記用具。

【申し込み】 申込開始日をご確認のうえ、[岡山市ふれあい介護予防センター北事務所](https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010954.html)にお申し込みください。

《電話》 086-251-6517 《受付時間》 9:00~17:00 (土・日・祝日を除く)

令和5年度 岡山市立岡西公民館 クラブ講座一覧

No.	クラブ講座名	定員	講師	曜日	時間	月受講料	備考(準備物・実費など)
1	英語deコミュニケーション	10	橋本 瑛子	1・3月	10:00~12:00	1,000円	筆記用具、ノート 実費必要(資料コピー代等随時)
2	中高年から始めるらくらくピアノ	12	安藤 <small>あきこ</small> 彰子	1・3月	10:00~12:00	1,000円	楽譜、キーボード(ピアノ)、筆記用具、 スリッパ 実費:40円/月
3	太極拳	20	益田 三和子	1・3月	13:00~15:00	1,000円	動きやすい服装、運動靴
4	ヨーガ・セラピー ※女性限定	10	富永 知津子	1・3月	19:00~20:30	1,000円	ヨガマット、タオル、ひも、動きやすい服装、コロナ 対策としてアルコール除菌、タオル2~3枚 運営 費:1,000円/6か月
5	土ひねり ※講師からの指導は年4回	10	榊原 <small>すえひと</small> 陶仁	2・4月	9:30~12:00	1,000円	粘土成形用小道具、エプロン 実費:200円/月
6	正派若柳流日本舞踊	7	若柳 <small>ひでしのぶ</small> 秀紫信	2・4月	10:00~15:00	1,000円	浴衣もしくは着物、足袋、帯
7	練功十八法	20	山中 孝子	2・4月	13:00~15:00	1,000円	動きやすい服装・運動靴
8	和紙ちぎり絵	12	浦上 <small>ますよ</small> 量代	2月	13:30~15:30	500円	のり、ハサミ、鉄筆、ハケ、水筆、ピンセット、 チャコペン等 材料代:2,200円/月
9	実用英会話	15	<small>リチャード</small> <small>ボハナン</small> Richard Bohannan	1・3火	9:30~11:00		辞書、筆記用具 ※フリートーキング
10	コーラス白鳥 ※コロナ期間は2班に分かれて活動	20	坂口 <small>ゆきえ</small> 幸江	1・3火	① 9:45~10:45 ② 10:55~11:55	1,000円	水分補給用の飲み物、スリッパ、筆記用具 楽譜代・運営費1,000円程度/年
11	リフォーム洋裁	10	内田 <small>りょうこ</small> 良子	1・3火	13:00~15:30	1,000円	洋裁道具一式
12	キッズエアロ・リトル	12	上原 ナルミ	1・3火	16:00~18:00	1,000円	対象:3才~小学1年生 ピンクレオタード上 下、飲み物、タオル、靴 実費:150円/月
13	健康体操	15	岸 弥生	2・4火	10:00~12:00	1,000円	タオル、飲み物、ラップの芯
14	健康ヨーガ	15	畑 麗子	2・4火	13:00~15:00	1,000円	バスタオル・フェイスタオル・ヨガ マット(敷物)・飲み物
15	キッズエアロ・ジュニア	12	上原 ナルミ	2・4火	16:00~18:00	1,000円	対象:小学2年以上 オレンジレオタド、黒スハッ ツ、飲み物、タオル、靴 実費:150円/月
16	手づくりパンのある暮らし	20	小野 靖子	3火	10:00~14:00	500円	エプロン、三角巾、マスク、布巾数枚、台布巾、ごみ 袋、持ち帰り容器、筆記用具 材料代1,200円/月
17	ストレッチと筋トレ	17	前川 真治	2・4火	10:00~11:30	1回500円	運動のできる服装・靴 ※6、7、11、12月は第1・3 週の火曜、8月は第1・5週の火曜、1月は第3・5週 の火曜に実施します。
18	着物着付けA	10	西森 <small>ようこ</small> 洋子	1・3木	18:30~20:30	1,000円	着物・帯・小物一式
19	手編みクラブ	10	藤井 聡子	1・3木	10:00~12:00	1,000円	実費必要 あれば手持ちの編物用具
20	ハワイアン・フラ	15	須藤 かな	1・3木	13:00~15:00	1,000円	Tシャツ、スカート
21	絵手紙	10	広瀬 かおり	1・3木	13:00~15:00	1,000円	筆(線がき・彩色用)、下敷、水入れ、梅皿(パレット)、 半紙、顔彩、ティッシュペーパー、雑巾、鉛筆、 ノート等 実費(ハガキ代など):200円程度/月
22	スクエアダンス	16		1・3木	18:30~20:30		上ばき(ダンスシューズ等) 実費:2,000円/半年
23	大正琴(琴伝流)	10	八木 <small>まさこ</small> 征子	2・4木	10:00~12:00	1,000円	大正琴 実費必要(資料コピー代等随時)

クラブ講座の受講生を募集します！

No.	クラブ講座名	定員	講師	曜日	時間	月受講料	備考(準備物・実費など)
24	さと郷乃会	10		2・4木	10:00~12:00		民踊練習
25	ラウンドダンス	16		2・4木	18:30~20:30		上ばき(ダンスシューズ等) 実費:2,000円/半年
26	ヘルシー(ストレッチ)ヨガ	10	益田 真由美	2・4木	19:30~21:00	1,000円	ヨガマット・タオル・飲み物
27	着物着付けB	10	小林 由美子	1・3金	10:00~12:00	1,000円	着物・帯・小物一式
28	パッチワーク	10	かなみつ 金光 としこ 叔子	1・3金	10:00~12:00	1,000円	裁縫(洋裁)道具 実費:500円程度/月
29	詩吟・光世流	10	坪井 しょうせい 湜世	1・3金	13:00~15:00	1,000円	
30	はじめての書きかた教室	10	山中 けいえん 恵苑	1・3金	16:10~16:50	1,000円	対象:小学1・2年生 筆記用具 実費:1,000円/月
31	子どもペン字・習字教室A	12	山中 けいえん 恵苑	1・3金	17:00~18:00	1,000円	対象:小学3~6年生、中学生 筆記用具・習字道具 実費:1,000円/月
32	子どもペン字・習字教室B	12	山中 けいえん 恵苑	1・3金	18:00~19:00	1,000円	対象:小学3~6年生、中学生 筆記用具・習字道具 実費:1,000円/月
33	専敬流いけばなクラブ	15	金光 瑠美	2・4金	10:00~12:00	1,000円	花鉢、新聞紙またはビニール風呂敷(花持ち帰り用) 実費:2,000円程度/月(1回1,000円程度)
34	ことぶき体操	10	せいかわ 清川 恭子	1・3土	9:40~11:40	1回500円	タオル・飲み物・マット・お手玉・マッサージボール・5本指ソックス
35	子ども絵画クラブ ※対象:5才~小学6年	14	江尻 照美	1・3土	13:00~15:00	1回500円	絵の具・クレパス・色鉛筆等・画用紙・スケッチブック・図鑑(描きたい絵の資料)等
36	詩吟(摂楠流)	10	土井内 せつき 摂紀	1・3土	13:00~15:00	1,000円	実費:20円/月
37	ヒップホップダンスビースト	15	田村 このみ 果	1・3土	15:30~17:30	1回500円	ダンスの出来る服装、靴(ダンスシューズ)
38	楽しい陶芸	10		2・4土	10:00~12:00		エプロン 実費:入会時に1人3,000円
39	絵画クラブ	20	石原 清	2・4土	10:00~12:00	1,000円	水彩絵の具、用紙等(あれば) 実費:100円/月
40	カラオケ	10		2・4土	15:00~17:00		自分が歌うカラオケDVD・上履き
41	囲碁クラブ	20		1・3日	13:00~17:00		
42	水彩画	10	青木 よし 由	1日	13:00~17:00	1,000円	絵の具・スケッチブック・モチーフ
43	烏城紬クラブ	40	須本 雅子	1日	13:00~17:00	400円	対象:主催講座「烏城紬」修了者

クラブ講座を受講希望の方へ

各クラブの定員に達するまで、先着順で随時入会できます。まずは見学をお勧めしています。見学方法や直近の活動日などを確認したい場合、また、都合で休止する場合がありますので、事前に公民館までお尋ねください。(岡西公民館 電話 086-253-7581)

なお、未成年の方や学生さんも加入できます。

主催講座のごあんない(つづき)

■発達障がい定例座談会「あおぞら」■

保護者・祖父母・当事者・支援者に該当する方が集まり、語り合う場です。語り合う時間を大切に。みんなと一緒に内容を考えていきます。

お子さんと一緒にの参加も大歓迎☆ お気軽にご参加ください。

★ 2月3日(金) 10:00~12:00

★ 3月3日(金) 10:00~12:00

【参加費】 無料

【持参いただく物】 マスク・筆記用具

【申し込み】 受付中。電話または岡西公民館窓口で必ず事前にお申し込みください。

■おはなし会■

読み聞かせボランティアグループ「じゃんけんホイ」メンバーが、乳幼児とその保護者、読み聞かせに関心のある方を対象に開催しています。

★ 2月21日(火) テーマ「おかし」

★ 3月16日(木) テーマ「むし」

時間はいずれも 11:00~12:00

【定員】 20人(先着順)

【申し込み】 事前申し込みは不要ですが、当日参加者名簿に氏名と連絡先の記入をお願いします。

坪田譲治コラム連載④ 坪田譲治の功績

前回ご紹介したように坪田譲治は大人も子どもも楽しめる多くの作品を残しており、日本芸術院賞を受賞したり、日本児童文学者協会会長になったりした後も、その創作熱は衰えず、作品を発表し続けます。一方で、子どもたちに児童文学に親しむ機会を作ったり、若い作家を育てることに心血を注いでいます。

子どもたちに童話の面白さを広めようとして自宅に「びわのみ文庫」を開き、子どもたちが自由に本に親しめる場所を作りました。また、児童文学の世界を目指す人たちのための作品発表の場としての雑誌「びわの実学校」を創刊します。この「びわの実学校」から、「龍の子太郎」「ももちゃんシリーズ」などで知られる松谷みよ子さん、教科書にも載った「しろいぼうし」や「ちいちゃんのかげおくり」の作者あまんきみこさん、その他、前川康夫、今西祐行、大西真ら多くの児童文学者が育っていきました。

そして岡山市には、坪田譲治文学賞が制定され、新進作家が次々登場しています。

このように、譲治の遺志は脈々と現在にも受け継がれているのです。 【文責 坪田譲治を顕彰する会】

地域からのお知らせ

譲治ゆかりの地を歩こう!

小雨決行
雨天中止

《主催》

坪田譲治の生家への道と童話を生んだ能登川を整備する会

【日時】 3月26日(日) 9:00~12:00

【集合】 当日8:45、石井小学校へ(駐車場あり)

【参加費】 無料

【持参いただく物】 飲み物・汗拭きタオル等。

※歩きやすい服装・靴でご参加ください。

【内容】 坪田譲治の母校・石井小学校を発着点に、譲治ゆかりの地をめぐる約3kmのウォーキング。

【申し込み】 事前に岡西公民館へ来館または電話でお申し込みください。

【問合せ】 岡西公民館(電話 086-253-7581)へ。

資源化物の回収について

ルールとマナーを守って気持ちよく使えるようご協力ください!

回収日時…公民館開館日の9:30~17:00(時間厳守)

※ 休館日は、水曜日・国民の祝日・水曜日と祝日が重なればその翌日

回収品目…空き缶・空きびん・蛍光管・食品トレイ(発泡・透明)

※ 空き缶はアルミ・スチールを分けずにそのまま水色のコンテナへ入れてください。

※ スプレー缶は中身を使い切り、緑のコンテナへ入れてください。

※ 食品トレイは洗ったものを灰色のコンテナへ入れてください。

上記以外の品目は回収していませんのでご注意ください。

家庭から排出される資源化物のみが回収対象です。燃えるゴミは回収していません。

休館日

2月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

3月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

☐ …休館日

開館時間 午前9時30分~午後9時(日曜日は午前9時30分~午後5時)

休館日 毎週水曜日・国民の祝日・水曜日と祝日が重なればその翌日・年末年始(12月28日~1月4日)