

# たけべだより

岡山市立建部町公民館

〒709-3111

岡山市北区建部町福渡 496-1

電話 (086)722-2212

FAX (086)722-2160

## おかやまっ子作品展

(旧:岡山市小学校図画工作教育展)

《主催:岡山県小学校教育研究会岡山支会図画工作部会》《共催:建部町公民館》

期間:2月14日(火)~2月27日(月)

時間:平日(水曜日除く)、土曜日 9:30~21:00 日曜日 9:30~17:00

会場:建部町公民館ロビー

※2月23日(木)は休館日です

- \* 建部小学校、福渡小学校、竹枝小学校の児童が図画工作科の学習で取り組んだ作品を展示します。
- \* この作品展の一番目の目的は、岡山市の図画工作教育の成果を、児童、保護者、地域住民の皆様にも広く認知してもらおうとともに、一層の図画工作教育の振興を図ることです。また、中学校区の全公民館に児童作品を展示することで、児童が造形や美術の働き等に関心をもち、生涯にわたり主体的に関わる態度や、生活や社会と豊かに関わる態度を育てる場を持つこと、これが二番目の目的です。
- \* 本展示には約 60 点の作品を展示します。
- \* いろいろな技法を使った平面的な作品(絵画・版画・切り絵等)や立体的な作品(紙工作・木工等)を工夫して見やすく展示します。どの作品も子どもらしい素直な表現のものばかりなので、どなたにも楽しんでいただけます。作品を通して子どもたちの夢や願い、その子らしい表現の工夫をぜひ生で感じ取ってください。



【昨年の様子】

## 2・3月の建部大学のご案内

### 建部地域の幕末維新

軽妙な語り口で人気のある定兼 学さんをお招きして建部地域の歴史を深掘りしていただきます。

◆日時 2月24日(金)13:30~15:00

◆講師 前岡山県立記録資料館  
特別館長 定兼 学さん

### バスガイドさんが案内する模擬体

#### 験旅行~岡山発!高知へ~

バスガイドさんの案内で映像を見ながら土佐の高知へ出かけましょう。

◆日時 3月24日(金)13:30~15:00

◆講師 バスガイド  
岡村真美さん

まだまだ使えるのに不要になった食器がありませんか?ゴミにしたらもったいない!必要な方に使ってもらいませんか?気に入った食器があればお持ち帰り下さい。

〈持ち込み注意点〉

- ・汚れているもの、ひび割れがあるものなどはご遠慮ください。
  - ・持ち込みの際は、必ず事務室に声をかけて、記帳してください。
  - ・設置は各自でお願いします。
  - ・終了後、持ち込まれた食器が残っている場合は持ち帰りをお願いします。
- (4/17~4/22の間に残っていないか、必ず確認しにご来館ください)

### 服の交換会 xChange (協力:タネピカ)

- 取り扱いアイテム 洋服、服飾小物、靴、ぬいぐるみ、おもちゃなど 当日お持ちください。記帳は不要です。
- 点数: 持ち込み・持ち帰り 各 6 点まで
- 参加方法
  - 1 交換会開催中に洗濯済みのアイテムを会場に直接お持ちください。
  - 2 お気に入りのアイテムを探してお持ち帰りいただけます
  - 3 残ったアイテムはリサイクルに回しますので、ご了承下さい。



3月13日(月)~4月15日(土)  
食器&服の交換コーナー  
持ち込みだけ・持ち帰りだけOK!



# 告知 公民館でeスポーツ体験をしよう

建部町初の試み「エレクトロニック・スポーツ」(eスポーツ)の体験会を行います。「太鼓の達人」・「Fall Guys」などが体験できる予定です。詳細につきましては、公民館だよりをはじめ、学校等に配布するチラシ・公民館のホームページ・Facebook などをご確認下さい。

日 時：令和5年2月18日(土) 13時～15時 途中休憩あり  
 講 師：一般社団法人岡山県eスポーツ連合  
 場 所：岡山市立建部町公民館2階第1会議室  
 対 象：幼～小学生とその保護者 ※親子での参加をお願いいたします。 **参加費無料**  
 定 員：**先着順10組**(キャンセル待ちの対応も行います)  
 申 込：2月16日(木) 17時まで

## びよびよリトミック

音楽やリズムに合わせて歌ったりからだを動かしたりするリトミック。月に1回、保育園で行っています。

- ◆講 師 秋山 文緒さん・尾銭 由美子さん  
(リトミック研究センター認定講師)
- ◆用意するもの 飲み物・動きやすい服装
- ◆日にち・場所・時間  
 2月17日(金) 竹枝保育園  
 4歳 10:00～10:40  
 2月21日(火) 建部認定こども園  
 3歳 9:45～10:20 / 4歳 10:30～11:10
- ◆対 象 就園前の子どもと保護者
- ◆申 込 開催日 1週間までに公民館へ申込

## たけのこぐんぐん

### 「みんなで楽しくベビーマッサージ教室」

2/9(木) 10:30～12:00

- ◆講 師 小林 智子さん(子育て応援 遊里代表)
- ◆持ち物: バスタオル1枚・着替え用(オムツ・着替え) お茶・ミルクなどの飲料
- ◆対 象 就学前の子どもとその保護者
- ◆参加費 無料
- ◆申込み 2月2日(木)までに公民館へ(☎もしくは窓口に)

## 建部ふれあい元気教室

(2022年度 介護予防教室)

- ◆日 時 毎月 第3火曜日 10:00～12:00  
 2月21日(火)  
 転倒を防ぐ体づくりとは？
- 3月7日(火)  
 ストレスと上手に付き合えば、生活が変わる
- ◆場 所 建部町公民館 2階第1会議室
- ◆対 象 おおむね65歳以上の岡山市民
- ★参加費無料
- ★申込不要
- ◆主 催 岡山市ふれあい介護予防センター
- ◆共 催 建部町公民館
- ◇教室についてのお問い合わせは  
 岡山市ふれあい介護予防センター北事務所  
 ☎251-6517

### ◆クラブ代表者説明会

3月3日(金) 13:30～15:00  
 建部町公民館にて

※新年度の代表者は、必ずご出席ください。  
 もし、都合がつかない場合は、代理の方の出席をお願いします。

### 公民館クラブ講座紹介②

## 楽しく学ぼう手話クラブ

毎月第四土曜日 10時～12時



【昨年11月の建部町文化祭で発表】

昨年の秋ドラマ「silentサイレント」をご覧になって手話を学びたいと思った方もおられるのではないのでしょうか。今年で十年目になる手話クラブは現在四十代から八十代までの九人で活動しています。月一回の定例会では、聴覚障がい者の方と一緒に聴覚障がいについての理解を深めるような学習や手話の練習をしています。手話は手や指、表情等を用いて豊かに表現する視覚的な「言語」です。表情豊かに体全体でコミュニケーションをとってみませんか。

(クラブ代表 光田茂子)

### 岡山市 行政相談

2月17日(金) 13:30～15:30  
 3月17日(金) 13:30～15:30  
 建部町公民館 2階第2会議室



## ふるさと発見講座 郷土の偉人 石坂桑亀

- ◆日時 3月4日(土)13時30分～15時
- ◆場所 建部町文化センター小ホール
- ◆内容 ①「地域の隠れた魅力を掘り起こす」  
北区役所建部支所長 二宮 誠さん
- ②「フォン・シーボルト門人 石坂桑亀  
とその義子堅壮」  
津山洋学資料館名誉館長 下山純正さん

石坂桑亀は幕末の蘭方医。シーボルトの鳴滝塾で学び、帰郷して福渡村で開業。のちに備中足守藩医となり活躍します。晩年は建部村に移り住み、現在、建部上の墓地に妻、二人の息子とともに眠っています。

## 地域のニュース

### 石で描くマチス展(12月15日)

三宅優さん(福渡)の「石で描く名画」の第6弾「マチス展」が開かれました。これまで、ダビンチ、ゴッホ、ピカソ、セザンヌ・モネ、ゴヤと6人の作品をテーマにしてきましたが、画材が石であることの意味が一層伝わりやすい画家として、描く形がシンプルな「マチス」の作品を選びました。今回は新たな取り組みが随所に見られました。例えば「ブルーヌード」。原作は白地の背景に青い切り紙を貼り付けて裸像を描いています。三宅さんは、逆に青地のパネルを使って、背景に白い石を置き、裸像を浮かび上がらせました。そして立体的になるのを避けるため青地の裸像の上に黒い石を置いて、マチスの特徴である平面性を維持しています。また、エルミタージュ美術館にある「ダンス」という作品。そこには青と緑を背景にオレンジで複数の裸体が踊っている様子が大胆に描かれていますが、それを青と黄色の補色のパネルをつないで一枚のキャンバスにして石で描きました。「一体感を持たせるのに苦労しました」と三宅さん。ストーンアートが少しずつ進化してきているのを感じました。



〈「ブルーヌード」を説明する三宅さん〉

## 北市民健康づくり建部会議の取り組み①

～建部地域栄養改善協議会～

☆各団体からリレー形式で健康に関する情報をお届けします！

岡山市は『健康市民おかやま21(第2次)』で「健康を自覚できる人の増加」と「健やかな暮らしを支える社会環境の実現」を目指しています。この活動を推進するために建部中学校区に平成20年に「北市民健康づくり建部会議」が発足し、各種団体と協力し合って地域の健康づくりに取り組んでいます。

今回はその取り組みの一部を紹介します。建部地域は以前から高血圧や糖尿病にかかっている人が他の地区と比べて多いという健診結果ができています。

そこで、栄養改善協議会では食塩の摂り過ぎを防ぐための減塩食を勧めています。料理の時の少しの工夫で塩分を減らし、美味しく食べられますよ。

～おすすめのレシピ～

### キャベツたっぷりみそ汁

#### ◆材料(2人分)

豚ばら肉(うす切り)	75g
キャベツ	150g
にんじん	30g
しょうが	1/4かけ
白ねぎ	10g
だし汁	カップ1と1/2
みそ	大さじ1
ごま油	小さじ1

塩分 1.2g (1人分)



#### ◆作り方

- 1 豚ばら肉とキャベツは一口大に切る。にんじんはいちょう切り、しょうがはせん切りにし、白ねぎは斜めうす切りにする。
- 2 鍋にごま油を熱し、キャベツを入れて炒める。焼き色がつき、カサが減るまでしっかり炒める。
- 3 2ににんじんとしょうがを加え、火が通るまでさらに炒める。
- 4 3に豚ばら肉を加え、肉の色が変わったら、だし汁を加えて5分程度煮て、みそを溶き入れる。
- 5 4に白ねぎを加えて、一煮立ちさせ、火を止めて出来上がり！

※他の季節の野菜を加えてもOK

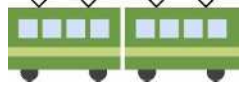
# 地域からお知らせ

## 建部町図書館 おはなしかいの予定

3月25日(土) 11:00~11:20

「でんしゃでいこう

でんしゃでかえろう」他



## 図書館フェスティバル2023 人形劇・パネルシアター

《建部町図書館・建部町公民館共催》

- ◆演目 人形劇「嫁が見たらひきんどになれ」  
パネルシアター「サスティナちゃんのおそうじ」
- ◆日時 2月25日(土)11:00~12:00
- ◆出演 人形劇団 三門だんごさん
- ◆場所 建部町公民館 3階和室
- ◆対象 赤ちゃんから大人の方までどなたでも♪
- ◆申込み 公民館又は図書館へお申込みください  
先着 10組程度 参加費無料

## 歌って、楽しく防災講座

皆さんのよく知っている曲をギターで演奏し、一緒に歌って、楽しく防災を学びましょう。

- ◆日時 3月10日(金) 13:30~15:00
- ◆場所 建部町公民館
- ◆講師 中尾一郎(元福浜公民館館長)
- ◆定員 20名程度
- ◆申込 1月23日~ 公民館窓口または電話で受付。

## 公民館クラブ講座

### 建部町健康づくり歩こう会

★問合せ 本田(ほんだ)さん【☎090-2299-2596】

- 427回 2月19日(日) 徒歩9km
- ◆行き先:陣屋町足守町並み難めぐり
- ◆集合:福渡駅 8:25(出発10分前集合)
- ◆コース:福渡駅 8:35→(快速)→9:10岡山駅  
→9:29足守駅…10:30足守プラザ前…  
足守地内散策(食事)…14:55足守駅  
15:06→15:35岡山駅 15:36→建部駅  
→16:24福渡駅(解散)
- ◆参加費:100円 電車賃往復1,720円(少雨決行)
- ※電車賃は福渡駅からの往復です。

- 428回 3月4日(土) 徒歩7km
- ◆行き先:日生巡りとカキオコ
- ◆集合:福渡駅 8:25(出発10分前集合)
- ◆コース:福渡駅 8:35→(快速)→9:10岡山駅  
9:25→10:19日生駅…港の見える丘公園…  
五味の市(昼食)…高島八幡宮…  
14:40日生駅 14:56→16:01岡山駅  
16:28→建部駅→17:16福渡駅(解散)
- ◆参加費:100円  
電車賃往復2,690円(小雨決行)
- ※電車賃は福渡駅からの往復です。

- 429回 3月19日(日) 徒歩9km 坂道あり
- ◆行き先:たけべの森から多自枯鴨神社
- ◆集合:蛸橋(たけべの森入口) 8:30
- ◆コース:蛸橋 8:40…10:00たけべの森…10:50  
多自枯鴨神社…11:40蛸橋
- ◆参加費:100円(小雨決行)

※参加は自由で、予約もいりません。  
参加したい方は、当日集合場所にお出で下さい。

## 建部町地域カレンダー 2月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9 <small>◎たけのこくん</small>	10	11 <small>建国記念の日 &lt;休館日&gt;</small>
12	13	14 <small>←おかやまっ子作品展</small>	15 <small>~2/27</small>	16	17 <small>・行政相談 ◎ホミック(竹枝係)</small>	18 <small>◎eスポーツを 体験しよう</small>
19 <small>歩こう会</small>	20 <small>◎ホミック(建部園) ◎元気教室</small>	21	22	23 <small>天皇誕生日 &lt;休館日&gt;</small>	24 <small>◎建部大学</small>	25 <small>・図書館フェスティ バル(図)</small>
26	27	28				

※◎…建部町公民館の主催事業

※地域行事の詳細は、各所へお問い合わせ下さい。

## 3月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3 <small>◎クラブ 代表者会</small>	4 <small>歩こう会 ◎ふるさと 発見講座</small>
5	6	7 <small>◎元気教室</small>	8	9	10 <small>◎歌って楽しく 防災講座</small>	11
12	13 <small>←食器・服の交換コー ナー</small>	14 <small>~4/15</small>	15	16	17 <small>・行政相談</small>	18
19 <small>歩こう会</small>	20	21 <small>春分の日 &lt;休館日&gt;</small>	22	23	24 <small>◎建部大学</small>	25 <small>・おはなし会(図)</small>
26	27	28	29	30	31	