

東山公民館だより

第115号 2023.4.1

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&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 公民館のご利用に際して、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、**上履き持参**でご来館ください。
- ★**マスクの着脱は自由**です。各自の判断で行ってください。
- ★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ください。
- ★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。
- ★気象や感染症の影響で、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 60歳以上の方を対象に、4月から3月まで毎月開催しています。

【第1回】ハレノワってどんなところ？ 職員の方に聞いてみよう

令和5年9月1日にグランドオープンする岡山芸術創造劇場「ハレノワ」。グランドオープンに向けて準備に当たられておられる職員の方に「ハレノワ」のあれこれについて尋ねてみませんか。

〈日 時〉4月11日(火)13時30分～15時30分

〈場 所〉東山公民館 第1・2講座室

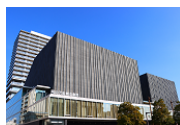
〈講 師〉岡山芸術創造劇場 事業グループ

江原 久美子 さん ほか

〈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



【第2回】防災気象情報 正しい理解のために

防災に関わる気象情報を正しく理解できていますか。雨が多くなる時期を迎えるに当たり、岡山地方気象台の職員の方から直接、説明を受けてみませんか。

〈日 時〉5月9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〉岡山地方気象台職員

〈申込み〉4月11日(火)から受付開始

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



「東山菜園耕志隊」

隊員(ボランティア)大募集!



東山公民館の東の菜園で野菜作りを体験したい小学生ボランティアを募集します。できた野菜は家に持ち帰ったり、公民館で料理して食べたりして収穫の喜びを体験してみませんか。毎回参加できない人も申込みOKです!

★対象:旭東・平井小学校の児童(保護者の参加可)

★活動日時:毎月第2・4土曜日 10時～12時

第1回目の活動は、4月22日(土)です。

★参加費:無料(実費徴収)

★申込み:4月10日(月)から(先着順)

東山公民館に直接、又は電話で

★定員:10人



「東山花壇花咲加志隊」

隊員(ボランティア)大募集!



花壇の花植えや花柄摘みなど、和やかにおしゃべりしながら花壇の手入れをして、東山公民館を花に囲まれた憩いの場所にしてみませんか。花壇手入れの名人から沢山の学びを得られるかも。毎回参加できない人も申込みOKです!

★対象:どなたでも参加できます。

★活動日時:毎月第2・4日曜日 10時～12時

第1回目の活動は、4月9日(日)です。

★参加費:無料

★申込み:4月3日(月)から(先着順)

東山公民館に直接、又は電話で

★定員:可能な限り受け入れます。



※両隊員(参加ボランティア)は「岡山市市民活動保険制度」を利用します。

◆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。)

※**上履き持参**でご来館ください。

東山なないろシアター

4/25「風雲児信長」

1940年 日本 91分

戦国時代の武将・織田信秀の嫡男・信長は、手の付けられない暴れん坊として城下に知れ渡っている。隣国の主・斉藤道三は、その信長とわが子・濃姫との政略結婚を企てる。天下人を目指す信長はいかに。

〈日 時〉4月25日(火)10時～12時

〈定 員〉40人(申込み先着順) 〈参加費〉無料

〈申込み〉東山公民館に直接、又は電話で

5/23「俳優・亀岡拓次」

2016年 日本 123分

脇役専門の俳優である主人公・亀岡拓次は、撮影現場と酒場を行き来する毎日を送っていた。

ある日、ロケで訪れた長野県諏訪市で立ち寄った居酒屋「ムロタ」の若女将・安曇に一目惚れをする。

〈日 時〉5月23日(火)10時～12時

〈定 員〉40人(申込み先着順) 〈参加費〉無料

〈申込み〉4月25日(火)から受付開始

東山公民館に直接、又は電話で

東山 ESD クラブ

今年もやります! キャンドル☆ナイト

(6/17【土】夕方～夜に開催予定)

青少年ボランティアスタッフなどを募集します

キャンドル☆ナイトの開催に向けて、当館の ESD メンバーや職員といっしょに計画を立てて運営する「青少年ボランティアスタッフ」と、当日開催する「子どもフリーマーケット」の出店者の募集を行います。

詳細は後日東山公民館ホームページに掲載するチラシをご覧ください(館内にも置きます)。

①青少年ボランティアスタッフ説明会

〈日 時〉5月13日(土)10時～12時

〈対象〉中学生～大学生と、その同年代の人

〈内容〉キャンドル☆ナイトで行う行事の企画

②子どもフリーマーケット出店者説明会

〈日 時〉5月13日(土)13時30分～15時30分

〈対象〉小学4年生～6年生

〈内容〉キャンドル☆ナイトのときに行う「子どもフリーマーケット」の出店者への説明会

三幡鉄道歴史講座(開講のお知らせ)

新規講座です!

三幡鉄道に関心のある人、三幡鉄道や地元の歴史を楽しく学んでみませんか。きっと、郷土愛が育まれるのではないかと思います。

年4回(5・8・11・2月)の継続講座です。

4回全て参加できる方から優先して受け付けます。時間はいずれも10時から12時までです。

〈日 時〉第1回講座

5月30日(火)10時～12時

〈場 所〉東山公民館 第1・2講座室

〈講 師〉三幡鉄道研究会会長 内田 武宏 さん

〈申込み〉4月17日(月)から受付開始

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

〈その他〉受講決定者には後日、持ち物など詳細についてお知らせします。



*パソコン講座【主催】ITボランティア東山

パソコン教室「パワーポイントで CD/DVD ジャケットをつくろう」

〈日 時〉4月10日・17日・24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 〈定 員〉10人(先着順)

〈持ち物〉参加費900円、筆記用具、パソコン(貸出あり)

パソコン教室「パワーポイントで動画作成」

〈日 時〉6月12日・19日・26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【5月1日(月)から受付開始】

〈定 員〉10人(先着順)

〈持ち物〉参加費900円、筆記用具、パソコン(貸出あり)

パソコン塾〈4月・5月〉

初心者歓迎! パソコンの困りごと、操作のこと、なんでもお尋ねください。

〈日 時〉4月10日・17日・24日

5月8日・15日・22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。お子さんの身長・体重も測れますよ。

〈日 時〉 6月13日(火)10時30分～12時

※時間内入退室自由

※10時45分頃から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

令和5年度年間予定(年4回)

②9月12日、③12月12日、④R6年3月12日



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。原則、毎月第2金曜日10時～12時開催、参加費は無料です。事前にお申込みください。

①4月14日(金) 10時～12時

発見！自分に合った運動



②5月12日(金) 10時～12時

いつ食べる？時間栄養学で体のリズムを整える！

〈対象・定員〉 概ね65歳以上

各回40人(申込み先着順)

〈持ち物〉 筆記用具、上履き、飲物(水分補給のため)

*運動しやすい服装でおいでください。

〈申込み〉 ①は受付中、②は4月14日(金)9時30分から受付開始です。事務室に直接又は電話にてお申込みください。

虐待やDVを防ぐために ～地域で私たちにできること～

さんかくウィーク 2023 公民館行事

【共催】 平井学区愛育委員会

ドメスティック・バイオレンス(DV/親密な関係にある、又はあった者から振るわれる暴力)についての正しい知識を身につけ、DVが子どもに与える影響、児童虐待防止法などを学び、子どもへの虐待やDVを防ぐために私たちにできることは何かを考えましょう。

〈日 時〉 6月23日(金)10時～12時

〈場 所〉 東山公民館 第1・2講座室

〈講 師〉 市場 恵子さん(社会心理学者・カウンセラー)

〈定 員〉 40人(申込み先着順)

〈申込み〉 東山公民館に直接、又は電話で



「DV防止」パネル展 6/22(木)～7/3(月)

予告 若い世代の人たちの「何かしたい」を形にする取り組みを始めます！
令和5年度から、主に中学生、高校生や、その同年代の若い世代の人たちが、「何となく」「漠然と」やりたいと思っていることを具体的な形(活動)にしていく事業に取り組みます。詳細は未定ですが、興味のある方は東山公民館にご連絡ください。ホームページなどでもお知らせします。

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～

発達障がいに関する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。日ごろの困りごと・悩み・疑問などを、同じような悩みをもつ様々な年代の人と語り合っ、心のモヤモヤを軽くしましょう。

定例会 原則毎月第4木曜日10時～12時

*4月…27日 5月…25日

参加費 100円(飲物・菓子代/初回は無料)

♥定例会以外に、こんなこともやっています！

(詳しい内容・申込方法などは、そのつどチラシに掲載してご案内します。)

季節ごとに子どもを交えた交流イベント

調理や工作などの作業を通じ、子どもの成功体験や、保護者の気づきを増やしていきます！

交流ランチ会 お店に出かける？それとも、公民館でお弁当を食べる？

ひまサポ勉強会 発達障がいに関わる様々な立場の方をお招きしての会。

夜のひまサポ 日中にお仕事をしている方も参加できる夜の会。

◆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。)

※上履き持参でご来館ください。

みんなのカフェ

おいしいコーヒー・紅茶をいただきながら、楽しい手仕事タイムをごいっしょに過ごしましょう。

4月 おしゃれなビーズの耳飾りづくり

〈日 時〉 4月21日(金)13時～15時

〈当日の持ち物〉 材料代 150 円&飲み物代 100円程度、上履き(あれば)、自前の工具(貸出しあり)

〈定 員〉 10人(申込み先着順)

〈申込み〉 4月3日(月)9時30分から受付開始

東山公民館に直接、又は電話でお申込みください。その際、耳飾りの種類(イヤリングかピアスカ)をお知らせください。

男のカンタン料理教室《全 10 回》

旬の食材を使った簡単でおいしい家庭料理を作って会食します。調理の技術を学んでおけば、非常時にも役立ちます。いざというときに自分の健康を自分で守る備えにもなりますよ！

〈日 時〉 ①4月10日 ②5月8日 ③6月12日
④7月10日 ⑤9月11日 ⑥10月23日
⑦11月13日 ⑧12月11日 ⑨2月12日
⑩3月11日 ※8月、1月はありません
いずれも月曜日、10時～13時

〈講 師〉 畠瀬 登美子さん(料理研究家)

〈対 象〉 男性 〈定 員〉 16人(申込み先着順)

〈毎回の持ち物〉 エプロン、三角巾、ふきん2枚(手ふき用と食器ふき用)、持帰り用の容器(必要に応じて)

〈材料代〉 8,000円(全10回分)

申込みのときか初回にお支払いください。

〈申込み方法〉 東山公民館に直接又は電話でお申込みください。

☆各回の前週の木曜日までに欠席の連絡をいただいた場合は、その回の材料代を返金します。

4月・5月の公民館休館日

4月の休館日 5日、12日、19日、26日、29日

5月の休館日 3日、4日、5日、10日、17日、24日、31日

【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♪♪ おいしいホットコーヒーをいただきながら、みんなで楽しく過ごしませんか。お気軽にご参加ください。



4月 ドジョウすくいとトークショー

岡山県内の高齢者施設などを訪問して、毎回人気を博している中本さんが登場されます。

大人気のドジョウすくいを始めとする伝統芸能を楽しみましょう！

〈日 時〉 4月15日(土)11時～12時

〈演 者〉 中本さん

5月 認知症防止の脳トレ

地元の福祉活動でお世話になっている社協スタッフである日岡さん手作りの各種「脳トレ」問題で頭の体操をしましょう！

〈日 時〉 5月20日(土)11時～12時

〈講 師〉 日岡さん(社会福祉協議会中区事務所)

4月・5月いずれも、

〈場 所〉 東山公民館

〈定 員〉 40人(申込み先着順)

〈持ち物〉 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



今すぐできるエコボランティア



東山みんな de ごみゼロ作戦(講座+実践)

子どもから大人までみんなで参加しよう！

ごみ減量・リサイクル推進講座



【①講座編】川ゴミ・海ゴミの現状

～ゴミ拾いははじめた釣り愛好家のはなし～

〈日 時〉 6月24日(土) 10時～12時

〈場 所〉 東山公民館 第1・2講座室

〈講 師〉 平井 雅明さん(釣り人みんなで、ごみ拾い 代表)

〈定 員〉 子どもから大人まで40人(申込み先着順)

〈申込み〉 必要。東山公民館に直接、又は電話で。

【②実践編】ゴミ拾いを7月以降に予定しています。

☆次回の東山公民館だよりは、6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



←東山公民館
へのメール
はこちらから