

# 福田公民館だより

【発行】岡山市立福田公民館  
〒701-0203 岡山市南区古新田 1186 TEL・FAX(086)282-3773  
HP <http://www.city.okayama.jp/shisei/0000011030.html>  
E-mail [fukudakouminkan@city.okayama.lg.jp](mailto:fukudakouminkan@city.okayama.lg.jp)



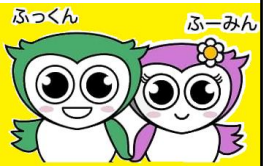
ホームページ



メールアドレス



フェイスブック



## 「公民館」館長のつぶやき

「公民館」。「館」が付く社会教育施設には「図書館」「美術館」「博物館」などがあり、その他に「水族館」というものもあります。

さて、「公民館」は文字どおり、「公民」の「館」となりますが、そうなると「公民」とはどう捉えたらよいのでしょうか。そのところを公民館活動を通して学べるといいですね。



## 子ども服リユース



ゴミ減量-リサイクル推進週間 公民館行事-

eco 不要になった子ども服をリユースで生かしましょう

<リユース会> 会場:福田公民館

【日時】5/28(日)10:00~16:00 ※17:00 時閉館

★残った子ども服は、30日(火)までロビーに置きますので、ご自由にお持ち帰りください。

<服の提供(回収)について> **制服・体操服は回収しません**

【期間】5/11(木)~5/21(日)の開館時間中

【品目】子ども服(赤ちゃんの服~160cmまで)・靴・帽子

【お願い】洗濯してある上の品目を期間内に、福田公民館ロビーにある回収箱に、サイズごとに分けて、入れてください。次の方が気持ちよく使えるものをご提供ください(汚れや毛玉が激しいものなどはご遠慮ください)。

★状況により、持ち帰り数などを制限させていただく場合があります。

★残った子ども服などは、処分させていただきます。



## 健康バンザイ!



共催:岡山市南区西保健センター・すこやか福田・福田学区愛育委員会  
福田学区栄養改善協議会・福田学区の安全と安心をまもる会

健康と要介護の間の状態「フレイル」の予防のため、楽しく学んで健康寿命を延ばしましょう。

【日時・内容】\*時間はいずれも10:00~12:00です。

① 5/22(月)『「けんしん」に行こう!~健康診断活用のススメ~』

※健診結果のある方は、ご持参ください

【講師】淳風会福田診療所 保健師 藤原 千幸さん、安延 真奈美さん

② 7/13(木)『もしものときのために~ACP 人生会議~』

【講師】岡山市医療政策推進課 職員 (ACP=アドバンス・ケア・プランニング)

③ 9/4(月)『「お通じ」は健康のバロメーター(仮題)』

【講師】日赤 皮膚・排泄認定看護師

④ 10/23(月)『歯を長持ちさせるために~お口の健口(けんこう)が全身の健康につながる~』

【講師】岡山市内歯科医師会連合会歯科医師  
岡山市南区西保健センター 歯科衛生士 石川 桃子さん

⑤ 12/4(月)『フレイル予防 始めませんか?』(食事診断など各種計測を予定)

【講師】岡山市南区西保健センター 栄養士 他

⑥ 1/19(金)『あっ晴れ! もも太郎体操でフレイル予防』

【講師】岡山市ふれあい介護予防センター南事務所  
介護福祉士 吉岡 明恵さん、理学療法士 佐伯 典子さん

【定員】先着40人 【参加費】無料

【申込み】窓口、又は電話にてお申し込みください。



## 福田生きがいセミナー(連続講座)

【日時・内容】\*時間は全て、10:00~12:00です。

① 5/29(月)<開講式>

『おんがくのゆりかご♪日本一周の旅♪~日本各地の名曲をたずねて~』

【講師】おんがくのゆりかご 森本 友里さん・数田 りかさん

② 6/19(月)『福田88ヶ所の歴史と文化について』

【講師】千手寺 住職 松本 宣秀さん

③ 7/3(月)『年をとってもこれなら安心じゃ~秘訣は友~』

【講師】元岡山市男女共同参画社会推進センター企画調整監 真邊 和美さん

④ 8/28(月)『知らない、あなたも当事者になるかも?』

~トラブルの多い事例から学ぼう~

【講師】岡山市消費生活センター 職員

⑤ 9/25(月)『バスガイドさんと行く模擬旅行~神話とともに出雲へ~』

【講師】バスガイド 岡村 真美さん

⑥ 10/30(月)『パーソナルカラー~「わたし色」のコーディネート~』

【講師】ファッションコンサルタント 正宗 幸子さん

⑦ 11/20(月)『国際理解を深めよう~ブラジルに住んでみて~』

【講師】岡山県国際理解教育研究会 会長 橋本 隆志さん

⑧ 12/18(月)『落語を楽しもう~年忘れ お喋りの会~』

【講師】喋りの会じゅげむ 岡山支店

⑨ 1/22(月)『歌で寒さを吹き飛ばそう~冬の男性カルテット~』<閉講式>

【講師】4人組男性カルテット ヴォイセス URA

【対象】おおむね60歳以上の人

【定員】先着40人

【参加費】無料

【申込み】窓口、又は電話にてお申し込みください。



## 大人のための名画鑑賞

【日時・内容】

・5/25(木)10:00~12:00 『駅馬車』(1939年・アメリカ(吹替))

・6/22(木)10:00~11:30 『古道 四国八十八ヶ所遍路道を歩くII』

(2010年・日本)

【参加費】無料【申込み】窓口、又は電話にてお申し込みください。

## カラーサンドで楽しむ観葉植物



【日時・内容】初心者向けハイドロカルチャー(実習)

・7/7(金) 13:30~15:00

【講師】公益財団法人 岡山市公園協会 職員

【内容】ガラス容器に色とりどりのカラーサンドを重ねて観葉植物を植えます。

【定員】先着15人 【参加費】700円

【持ち物】筆記用具、ビニール手袋、持ち帰り用の箱

【申込み】6/9(金)9:30以降に、参加費700円を添えて、窓口でお申し込みください。



### 表彰状

地縁団体として活発な共同活動を展開され、良好な地域社会の維持及び形成に寄与された功績をたたえられ、岡山市連合町内会から表彰されました。

大福ニュータウン町内会 様



# サロン笑福

共催:傾聴ボランティア「福のみみ」

【日時・内容】 ※後半のコーヒータイムはお休み中です。

・5/13(土)10:00~11:00

『身体を動かして元気になろう！～あっ晴れ!もも太郎体操と健康のお話』

椅子に座ってできる体操です。体を動かすと気持ちいいですよ!

【講師】岡山市介護予防センター職員

・6/10(土)10:00~10:30 『オカリナコンサート♪』

オカリナの優しく美しい音色で、懐かしの曲を楽しみましょう。

【出演】福田公民館クラブ「オカリナクラブはとぽっほ」の皆さん

【定員】30人 【参加費】無料

【申込み】電話、又は窓口でお申し込みください。



# 晴ればれ福田教室



主催:岡山市ふれあい介護予防センター

【日時・内容】 ※時間は全て 13:30~15:30

・5/16(火)『60代からの認知症予防～セルフチェック～』

・6/20(火)『知って得するお口の知恵袋』

【講師】岡山市ふれあい介護予防センター職員

【内容】介護予防に関わる講話・実技

※健康づくり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。

【対象】おおむね65歳以上の岡山市民 【参加費】無料

【持ち物】マスク・筆記用具・上履き・水分補給ができるもの

【問い合わせ先】岡山市ふれあい介護予防センター南事務所

(086) 230-0315 時間8:30~17:00 ※土・日・祝日を除く

# 子育てひろば わらべ

【日時・内容】 お口を使った遊びをするよ! 主催:福田学区愛育委員会

・5/18(木)10:00~11:30 『むし歯予防と工作』

【講師】岡山市南区西保健センター歯科衛生士 石川 桃子さん



・6/15(木)10:00~11:30 『親子でリトミック』

【講師】おんがくのゆりかご 森本 友里さん、数田 りかさん

【定員】親子15組(先着順) 【参加費】無料

【申込み】5月分は受付中。6月分は5/18以降に、電話又は窓口でお申し込みください。

# おはなしいっぱい

楽しい絵本の読み聞かせです。スペシャルでは工作もあります。

【日時・内容】

◆おはなしいっぱいスペシャル 10:00~11:00/実技室

・5/20(土)『ぽかぽかお日さま、たのしいことがおこりそう!』

・6/17(土)『星がきらめくあまの川』

【参加費】無料

【申込み】電話又は窓口で受付。定員になり次第、締め切ります。

◆おはなしいっぱい 10:30~11:00/ロビー ※申込不要

・5/27(土)、6/24(土)



# あっぱれ!もも太郎体操



主催:すこやか福田

◆あっぱれ!もも太郎体操 公民館1階ロビー

毎週金曜日 12:00~12:35 ※5/5・6/30はお休み

※参加費無料。当日、受付で氏名・連絡先をおうかがいします。

# ええとこ発見!すこやかウォーク



主催:すこやか福田

【日時・内容】 ※雨天中止・小雨決行

・6/6(火)10:00~12:00 (集合場所:福田公民館9:30~) 「古新田コース」

【参加費】無料 【持ち物】飲み物、タオル

【申込み】電話、又は窓口で受付。定員になり次第締め切ります。

※詳細は、チラシをご覧ください。チラシは、準備ができ次第窓口に置きます(チラシは、5月頃に準備予定です)。



# ボランティアによるパソコン救急室

【日時】5/20(土)、6/17(土)13:30~15:30

【費用】100円

【申込み】前日の16:00までに公民館へ。申込みの際には、どのようなことを相談したいかを教えてください。



# ロビー展

【日時・内容】福田公民館『山野草クラブ展』\*会場:ロビー

・5/12(金)9:30~5/14(日)16:00まで

## 職員パトタッチ!よろしくお願ひします

◆館長 高田 恵子 <退職>

福田公民館で新しく出会った方々とのご縁を感じ、大切にしたいと思えるような皆様とのつながりができたことを幸せに思っています。日々、皆様が仲良く楽しく活動されている様子を見せていただき、わたしも皆様の活動のお役に立てるように、できることを前向きにさせていただいた4年間でした。気がつけば、その日々を通して、わたし自身の世界が広がり多くの学びがあったと感じています。

公民館をうまく活用して、生き生きと活動されている公民館利用者の皆様、地域活動に貢献されている皆様の様子に、わたし自身の「これから」の過ごし方も学ばせていただきました。福田学区の皆様が築いて来られた「横のつながり」は、とてもすばらしく、先進的だと感じています。見習いたいです。

豊かで、楽しい日々を創ることができ、心より感謝しています。お世話になりました。

◆館長 江口 峰男 <着任>

令和5年度より、東山公民館から福田公民館にお世話になることになりました江口です。

私の福田公民館への異動を聞かれた多くの方が「福田はええ所じゃ。環境はもとより、人も。」「公民館には地域の人らが絶えず出入りされておって、公民館活動の盛んなところじゃ。」とおっしゃっていました。

そうした地域の皆さまが公民館活動を通して「出会う」「つながる」「学び合う」「活躍する」ことのお力になれば、そして、皆さまとの出会いを通して私の自己実現に繋がればと張り切っています。

福田学区の皆さまにとっては今更ですが、さらに「利用したくなる福田公民館」「利用させたい福田公民館」「協力したくなる福田公民館」をモットーに頑張りますので、よろしくお願ひいたします。

◆図書担当職員も交代しました 迫田 => 井上

【図書貸出ご利用の方へのお願い★令和5年5月から】 ※詳細は職員にお尋ねください

○図書貸出の際には、岡山市立図書館利用者カードが必要です。

※お忘れの場合、原則として貸出はできません。

○返却期限をお守りください。返却期限を1か月以上過ぎている図書がある場合、貸出ができません。

○岡山立図書館利用者カードを紛失されて再発行される場合、申込後1週間程度お時間をいただきます。