

妹尾公民館だより

279号

発行
妹尾公民館
岡山市南区箕島
1025-1
<TEL&FAX>
(086)282-4747 妹尾公民館 HP



※講座の申込は、公民館へ直接または電話でお願いします。参加費の記載がない講座は無料です。
※申込後、参加できなくなった場合は、必ずキャンセルの連絡をお願いします。

せのお☆みらい塾 妹尾公民館では、子どもたち（小学生）が地域の人たちとふれあいながら楽しく安心して学習できる場として“せのお☆みらい塾”を開きます。そこで、ボランティアとして子どもたちの学習を支援して下さる方を募集します。興味のある方は、公民館にご連絡ください。詳細をお伝えします。【活動日時】土曜日・夏季休業中の10時から12時。（年間11回）6月17日より始めます。【対象】高校生・大学生・大人（子どもが好きな方ならどなたでも。資格は不要です。）【説明会】事前にボランティア説明会を予定しています。※謝礼・交通費の支給はありません。

爆笑落語会Ⅶ

コロナ感染症対策はもう少し必要ですが、楽しみも必要です。久しぶりに声を出して笑いましょう！
◇日時 5月21日（日）13:30～16:00頃
◇場所 西ふれあいセンター（3階）
◇出演 嘶の会じゅげむ岡山支店
◇定員 150人（申込順）
◇申込 4月28日（金）～5月16日（火）



大人の音楽会Ⅱ

「妹尾塾」
昨年度大好評をいただいた「大人の音楽会」2回目の開催です。素敵な歌声と音楽を楽しんでください。
◇日時 6月4日（日）13:30～15:30頃
◇場所 西ふれあいセンター（3階）
◇出演 ヴォイセズURA 福祉音楽はるべ
◇定員 150人（申込順）
◇申込 5月13日（土）～5月30日（火）



めざそう！快便・快陽生活

便は健康のバロメーター。作る・育てる・出す3つのウンチ力について一緒に考えてみませんか？
◇日時 6月27日（火）13:30～15:30
◇場所 公民館（講堂） ◇定員 28人（申込順）
◇講師 岡山ヤクルト販売 渡代 伸子さん
◇申込 6月5日（月）～6月20日（火）

初夏の洋風寄せ植え教室「花を楽しむ」

●日時 5月27日（土）10:00～11:30
●講師 砂田園芸 砂田 芳宏さん
●定員 14人（申込順）
●参加費 材料代1,500円（当日集金）
●申込 5月6日（土）～5月19日（金）まで ●持ち物 ビニール手袋



おそうじマイスターのおそうじ教室～梅雨間近！7月に学ぶカビ対策～ 「大人の安心講座」

おそうじの仕方や洗剤の基礎知識等おそうじの基本に加えて、カビ汚れの種類や発生場所、場所毎の取り除き方や予防方法等についてプロから学びます。
◆日時 5月23日（火）13:30～15:00 ◆講師（株）サニクリーン山陽 おそうじマイスター

人生100年時代のライフプラン設計～気になる介護費用とお墓事情～

シニアライフにかかるお金を3つに分けて考えます。その中で、介護費用をどうするか、お墓をどうするかについて、いろいろなケースを踏まえてお話しします。シニア世代の方だけでなくミドル世代の方も是非。
◆日時 6月3日（土）13:30～15:00 ◆講師 岡山県金融広報アドバイザー 鶴田 宣子さん

家系図ってなに？～自分のルーツや相続人を探してみよう～

相続登記の申請義務化（R6.4月～）に伴い、相続に注目が集まっています。戸籍の読み方や取り寄せ方だけでなく、徳川家康家の例を参考に家系図の作り方も学びます。
◆日時 7月1日（土）13:30～15:30
◆講師 司法書士 三宅 啓一さん（法務局で戸籍に関わる仕事に長年従事）

申込は、**5月6日（土）**から前日までです。定員は3講座とも、申込順で28人です。

ロビー展示 作品募集

作品を1階ロビーと2階の壁に展示することができます。クラブ講座生の作品だけでなく、学校園や団体、地域にお住まいの方の作品も受け付けます。希望される場合は、展示場所や期間、展示方法や作品数等を公民館にご相談ください。**5月の展示** 8日（月）～20日（土）生け花の道具

5月：皐月（さつき） 主催講座と地域行事のご案内

6月：水無月（みなづき）

8	月	PC教室（あいさつ文）
9	火	館展実行委員会
11	木	いこいの家
12	金	源氏物語を読む 市民健康講座
13	土	PC教室（エクセル） 福祉音楽はるべ
15	月	丈夫で長生き（定例会）
18	木	いこいの家 おはなしひろば 定例相談所（箕島コミュニティー 13～15時）
19	金	丈夫で長生き（ノルディックウォーク）
20	土	PC教室（エクセル）・相談室
21	日	減災・防災講座 妹尾塾（爆笑落語会；西ふれあいセンター）
22	月	PC教室（あいさつ文）
23	火	大人の安心講座（おそうじ教室）
25	木	いこいの家 館展役員会
27	土	初夏の洋風寄せ植え 福祉音楽はるべ ゆるっと脳トレ
29	月	おやこで過ごそう FunFun タイム（かご作り）
30	火	とりもちサポート
休館日 3(水) 4(木) 5(金) 10(水) 17(水) 24(水) 31(水)		

1	木	いこいの家 定例相談所（妹尾地域センター 13～15時）
2	金	市民健康講座 井戸マップ（定例会）
3	土	大人の安心講座（ライフプラン設計） PC教室（エクセルの基本Ⅲ）
4	日	おもちゃの病院 妹尾塾（音楽会；西ふれあいセンター）
5	月	PC教室（ワード） 保育ボランティア養成講座
8	木	いこいの家
9	金	源氏物語を読む
10	土	福祉音楽はるべ
12	月	PC教室（ワード） 保育ボランティア養成講座
15	木	いこいの家 おはなしひろば
17	土	PC教室（エクセルの基本Ⅲ）・相談室 せのお☆みらい塾
18	日	コミュニティ卓球大会
19	月	保育ボランティア養成講座
22	木	いこいの家
23	金	丈夫で長生き（健康講座）
24	土	そらきたホイ！がやってくる 福祉音楽はるべ
27	火	妹尾塾（快便・快腸）
29	木	いこいの家 保育ボランティア養成講座
30	金	館展実行委員会
休館日 7(水) 14(水) 21(水) 28(水)		

退任の挨拶
私の能力では背負いきれない量の歴史と文化の町「妹尾・箕島」地区。私も古い物や歴史が好きな方で、お寺や神社や井戸も廻らせていただき、その時代に想いを馳せてました。当地域についてもっと色々な事を知りたいと思いつつ、気付けば6年が経過してしまいました。さくら祭り、公民館展、ふな飯祭りと、数々の行事でも地域の皆様方や福寿会、婦人会、クラブの方々のご協力をいただき開催されてきました。どれだけお世話になった事かと、今更ながら感謝しています。

他にも有志の皆さんに協力していただいた館内の環境整備等では、大変お世話になり、ありがとうございました。最後になりましたが、妹尾・箕島両地区のますますのご発展と、地域の皆様方のご健康を祈念して退任の挨拶とさせていただきます。本当にお世話になりました。

着任の挨拶
この度、館長としてお世話になります三宅聡之と申します。初めての公民館の仕事で何かと至らない点があると思いますが、何卒よろしくお願い申し上げます。皆様との出会いを楽しみにしております。

コミュニティ卓球大会
○日時 6月18日（日）
9時開会（受付8:30～）
○会場 妹尾小学校道義高揚会館（体育館）
○参加費 1人500円（当日集金）
○申込 5月19日（金）までにコミュニティ協議会又は公民館へ3人1組でお申し込みください。

クラブ講座紹介 ホアロハフラ エカヒ
年齢を問わず誰でもできる優しいダンスです。愛する心や美しい風景をハンドモーションや笑顔で表現します。一緒にフラダンスを始めてみませんか？
日時 第1・3火曜日
13:00～15:00
講師 矢吹 malapua 佳子先生
受講料 月1,000円
準備物 パウスカート
※見学や入会を希望される場合は、公民館にご連絡ください。

資源化物の回収
公民館南側駐車場に家庭から出た資源化物の回収場所を設けています。
回収日 月・火・木・金曜日（開館日のみ）※祝日は回収していません。 時間 9:00～12:00
回収品目 空き缶・空きびん・蛍光管・発泡トレイ・透明食品トレイ
お願い ペットボトル・古布・古紙・段ボール・使用済み天ぷら油・電球・乾電池・ガラス製品
陶磁器・発泡スチロールは回収していません。家庭ごみも出さないでください。



パソコン教室

ITボランティアグループ 愛茶(アイティー:IT)クラブせのお

5月6日(土)から受付開始

公民館窓口またはお電話でお申し込みください。
どの教室も定員は10人です。

※パソコン持参の場合は、Windows10以降

エクセルの基本から(Ⅲ)

◎日時 6月3日、17日(土) 10時~12時

◎参加費 500円 ◎定員 先着10人

◎申込締切 5月26日(金)

ワードの初級

◎日時 6月5日、12日(月) 10時~12時

◎参加費 500円 ◎定員 先着10人

◎申込締切 5月28日(日)

グラフの基本(エクセル)

◎日時 7月3日、10日(月) 10時~12時

◎参加費 500円 ◎定員 先着10人

◎申込締切 6月25日(日)

パソコン相談室

パソコン操作の疑問やお悩みを相談できます。

申込・参加費不要

6月17日(土)、7月15日(土)

13時30分~15時30分

14時までに相談者がいない場合は終了します。14時以降に来られる場合は、事前に連絡をお願いします。

ITボランティア募集!!

パソコン教室の企画や指導・支援と一緒にして下さるボランティアの仲間を募集しています。興味のある方はパソコン教室の時間にお越しください。お待ちしております。

園芸ボランティア募集



園芸が好きな方、ボランティアに興味のある方は妹尾公民館へご連絡ください。

「丈夫で長生き」せのお・みしま “健康講座” ノルディックウォーク in 妹尾・箕島

●日時 5月19日(金) 9時30分~12時
(9時15分~受付開始)

●内容 4kmコース(妹尾方面) 経験者向け
3kmコース(妹尾方面) 初心者向け
※当日、希望のコースをお聴きします。

雨天の場合は、室内で簡単な運動機能テストとノルディックウォークの講義となります。

●集合場所 妹尾地域センター2階大会議室
●定員 先着20人 ●参加費 50円(保険代)
●持ち物 ノルディックポール、飲み物、帽子、タオル、マスク

※ノルディックポールをお持ちでない方は有料(300円当日集金)で借用できますので、事前にお申し込みください。

※歩きやすい服装と靴でご参加ください。

●申込 参加費を添えて、5月12日(金)までに妹尾公民館へ

健康講座

- 日時 6月23日(金) 13時30分~15時
- 会場 妹尾地域センター 2階 大会議室
- 内容 薬の正しい飲み方や飲み合わせ、高血圧の予防や治療に役立つ減塩知識
- 講師 はな薬局 薬剤師 石川 道佳さん
- 受講無料 ●定員 先着30人
- 申込 6月1日(木)から20日(火)までの期間に妹尾公民館へ

いこいの家

“いこいの家”で、頭の体操をしたり、おしゃべりしたりしませんか。

◆日時 原則 毎週木曜9時30分~12時
◆場所 妹尾公民館 ◆参加費 月200円
※初めて参加される方は、事前に妹尾公民館へ参加の申し込みをお願いします。

54 <<鴨ノ才池>> 場所:箕島

農業用の溜池。土手には桜の木が20本ほど植えられ、春の桜のシーズンには花見も楽しめる。普段から散歩コースとしても地域から愛されている。



さんかくウイーク 2023 公民館事業

そらきたホイ!がやってくる ~親子で楽しむおはなし会~

聴いて作って動いて読んで!五感を使って、本やおはなしを楽しみませんか。お子さんとふれあいながら、本の豊かな世界を味わいましょう。ミニ工作や、親子で自由に本を読む時間もありますよ。



- 日時 6月24日(土) 10時~12時
- 定員 先着35人 ●参加無料
- 出演 おはなしグループ「そらきたホイ!」
相賀美幸さん 堀江潤子さん
- 申込期間 5月6日(土)から前日まで

ゆるっと脳トシ

- ◎日程 5/27, 7/29, 9/16, 11/25, 1/20, 3/23 いずれも土曜日
- ◎時間 13時30分~15時30分
- ◎受講無料 ◎定員 先着28人
- ◎申込受付 開催日の3週間前~4日前まで
- ◎申込 妹尾公民館へ

おはなしひろば

お話ボランティアさんが、絵本を読みます。

- 日時 5月18日(木)10時~11時
テーマ「お弁当をもって出かけよう!」
6月15日(木)10時~11時
テーマ「あめあめふれふれ!」
- 対象 幼児とその保護者 ●参加無料
- 申込 開催日の3日前までに妹尾公民館へ

わが家の わがまちの減災・防災講座

- 日時 5月21日(日)13:30~15:30
- 内容 ビ・ウェル町内会の自主防災の取り組み等を紹介してもらった後で、災害支援から見えてきた備えと対策について(災害時に役立つ金融知識)のお話があります。
- お話いただくのは
ビ・ウェル町内会自主防災会代表 木梨 厚忠さん
岡山県金融広報委員会金融広報アドバイザー 佐藤 香名さん
- 受講無料
- 申込 前日までに妹尾公民館へ

保育ボランティア養成講座

- ◆日時・テーマ・講師
- ①6/5(月) 子どもの見る世界 保育って楽しい!
榎尾真佐枝さん (倉敷市総合療育相談センター ゆめばる相談員)
- ②6/12(月) 子どもの遊び 身近な物で作ってみよう
春日美代子さん (保育士)
- ③6/19(月) 子どもの安全対策と応急処置
日赤岡山県支部幼児安全法指導員
- ④6/29(木) 発達に応じた子どもとの接し方
中谷由美子さん (発達障害者支援センター職員)
時間はいずれも 10:00~11:30
- ◆受講無料
- ◆対象 子どもが好きな方、子育てに関心のある方、子どもについて勉強したい方
- ◆持ち物 ③のみ バンダナ(大きめのハンカチ)1枚、ストッキング1本
- ◆申込 各開催日の1週間前までに妹尾公民館へ



令和5年度市民健康講座

- ◎時間 いずれの日も14時~15時
- ◎各回先着28名 ◎申込不要 ◎受講無料
主催 せのお病院 妹尾公民館
- 5/12 「人生会議について」
金曜日 看護師 永瀬 百子さん
- 6/2 「薬の基礎知識」
金曜日 薬剤師 巽 昭代さん

ごみ減量・リサイクル 推進週間公民館講座 おもちゃの病院

動かなくなったり、故障して箱の中で眠ったりしているおもちゃはありますか。おもちゃの病院のお医者さんが診察して修理してくれます。
日時 6月4日(日) 10時~12時
(受付は11時まで)
治療費:無料(修理に必要な部品は実費必要)
申込不要
・おもちゃは、1家族2個までです。
・できるだけお子さんと一緒にお越しください。
・コンピューターゲーム機、エアガン等は対象外です。