



無意識の思い込みや偏見に気づくことから始めよう



さんかくウィーク2023公民館行事

人と人とのより良い関係を求めて

自分自身の
生きやすさにも
役立ちますよ。



私たちは、育った環境や経験・見聞きした事柄などから、無意識の思い込みや偏見を多かれ少なかれ持っています。そしてこの思い込みによって、誰かを傷つけたり、自分自身の可能性を狭めていることもあります。よりよい人間関係を求めて、自分も相手も大切にすることを一緒に考えてみましょう。

[日時] 6月26日(月) 10:00~12:00

[定員] 30名(先着順)

[申込] 6月3日(土)9:30より受付開始

[講師] 市場 恵子さん (社会心理学講師・カウンセラー)

ホッと
息

興除バリスタ
珈琲販売付の3講座



① 興除バリスタ・オープンカフェ 「ハワイアンフラミニ発表会」



- 日時: 6月24日(土)14:00~15:30
- 出演: 公民館クラブ「ホアロハフラクラブ・ピカケ」・
「ホアロハフラクラブ・カウルア」
- 曲目: 『エワイアナエ』『ラヴァクア』『海の声』他
- 会場: 興除公民館ロビー
- 入場料: 無料(申込不要)

② 「ローマの休日(吹替) -1953年米-」

興除

キ
ネ
マ

倶
楽
部

- 日時: 6月16日(金)13:30~15:30
- 出演: オードリー・ヘプバーン他
- 定員: 30名(先着順)
- 申込み: 6月2日(金)9:30より
受付開始

③ 「リリーさんの防災トーク& EWI(イーウィ)コンサート」

防災士として活躍中のリリーさんの防災講座です。
楽器の演奏もお楽しみに!

- 日時: 7月1日(土) 10:00~12:00
- 講師: リリーさん(防災士・EWI奏者)
- 定員: 40名(先着順)
- 申込み: 6月3日(土)9:30より受付開始



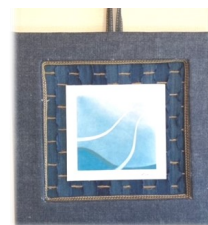
上記3講座では、興除バリスタによる香り高い
珈琲の販売(1杯100円)があります。
(興除キネマは上映前のみ販売です。)

大人の手芸③

身近にある材料で季節ごとにお家を彩ってみませんか。

- 日時: 7月10日(月)10:00~12:00
- 内容: 裂き織で作るフレームとパステルアート
- 講師: 大橋 しおりさん
- 定員: 16名(先着順)
- 材料費: 1,200円
- 持ち物: 布用ハサミ
- 申込み: 6月12日(月)9:30より
受付開始

☆公民館に見本があります!(縦横約30cm)→



のびのび広場 Come

素敵な出合いやふれあいがきっとありますよ。のびのびと
子育てを楽しみましょう。

- 日時: 時間はいずれも10:00~11:30
- ① 6月16日(金)「虫歯をなくそう!(紙芝居でお口の健康を知ろう)」
- ② 7月21日(金)「夏祭りだ、夜店ごっこをしよう!」
- 対象・定員: 乳幼児とその保護者15組
- 申込み: できるだけ、事前に。

-毎月介護予防教室- 晴ればれ☀興除教室

「介護予防」「健康づくり」の秘訣をお伝えします。

- 日時: 6月23日(金)13:30~15:30
「放置しないで! めまいについて」
- 申込み: 不要



▼ 裏面もご覧ください。

【共催：健康こうじよ21推進委員会】

KŌJOいきいき健康講座2023

今年のテーマは「運動」。無理のない運動の仕方や歩き方、食事等のポイントを専門家から学びます。どちらか1回の参加も可能です。

- 定員：30名(先着順)
- 会場：興除公民館
- 申込み：6月2日(金)9:30より受付開始



No	日時・内容
1	7月6日(木)13時30分～15時
	①「体組成測定で自分の体を知る」 測定：健康こうじよ21推進委員会 ② 講話「いつまでも元気に動けるカラダをつくろう！」 講師：児玉 美江さん(南区西保健センター管理栄養士) ★測定する時に裸足になりますので、靴下などがすぐ脱げる服装でお越しください。
2	11月30日(木)13時30分～15時
	「運動の注意点、正しい歩き方を学ぶ」 講師：片山 敦子さん(運動指導員) ★軽い運動ができる服装・靴でお越しください。



パソコンボランティアがちばそこうじよによるパソコン教室

-ワード応用②- 「生活に役立つ文書を作ってみよう」

- 日時：7月6日・13日・20日・27日
いずれも木曜日 10:00～12:00
- 内容：ワードのいろいろな機能を使い回覧文書・案内文などを作成します。
- 必要経費：2,000円(全4回・テキスト代含)
- 対象・定員：マウス操作・文字入力ができる方 10名(先着順)
- 申込み：6月22日(木)～6月29日(木)
※パソコン持込可 (office 2010以上がインストールされたもの)



「パソコンなんでも相談室」

- 日時：6月1日・22日・7月27日・9月28日
いずれも木曜日 11:30～12:00
- 内容：パソコン操作に関するお悩み相談
- 申込み：必要(相談内容をお知らせください)
※相談内容によってはお答えできない場合もあります。

売り切れ御免!! -岡山南支援学校高等部- とれたて新鮮野菜の販売実習

岡山南支援学校高等部の生徒の皆さんが丹念に育てた野菜を販売します。売り切れ次第終了です。

- 日時：7月6日(木)13:00～14:00
- 会場：興除公民館ロビー



スマホ決済を使ってみよう!

スマホを使ってできること、「スマートフォン決済」のメリットや安心してお使いいただくための方法などをお伝えします。また、コロナ禍に加え、物価高による地域経済の冷え込みが懸念される中、事業者を応援するために8月1日から8月31日にかけて実施予定の「【第5弾】がんばろう岡山市! スマホ決済最大20%が戻ってくるキャンペーン」についてもご案内します。

- 日時：7月3日(月)13:30～15:00
- 対象：スマホ決済に関心がある方
- 定員：20名(先着順)
- 申込み：6月6日(火)9:30より受付開始



ご家庭で使わないものを有効活用

日用品ゆずりますコーナー開設!!

- ★期間：6月1日(木)～6月22日(木)
- ★場所：興除公民館ロビー
- ★持込対象物品：食器・本・日用品・おもちゃ等
- ※身に着けるもの・破損・汚れたものの持ち込みはご遠慮ください。
- ※持ち帰りは6月8日(木)9時30分からです。
- ※持ち帰る方がいなかった物品は、持込みをした方に、6月23日(金)以降引き取っていただきます。

「興除公民館文化祭」一般参加申込受付開始

11月25日(土)・26日(日)開催の興除公民館文化祭へ出演・出品をしてみませんか。個人・グループは問いません。ご希望の方は公民館にある申込用紙にご記入の上、お申込みください。応募多数の場合は抽選とさせていただきます。詳細は公民館まで。

【申込み期間】6月30日(金)まで

ロビー展のお知らせ

【撫川うちわ製作講座作品展示会】

- ★期間：7月4日(火)～20日(木)午前 ※日曜日17時閉館
- ★出展：撫川うちわ保存会

【ロビー展を開催してみませんか?】公民館ロビーは作品展示などで地域の皆さまにもご利用いただけます。出展のご相談、お問合せは随時おこなっています。お気軽にご相談ください。おまちしています。

[6月の休館日]

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	



50周年記念式典
50回文化祭開催まで



あこ **177** 日
※6/1時点

