

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

公民館主催講座

《さんかくウィーク 2023公民館行事・6月建部大学》

旅立つ人、送る人を支える “看取り士”とは？ ～映画会とお話～

岡山県高梁市を舞台に最期を見守る看取り士の姿を描いた映画をご覧ください。

◆日時 6月23日(金)13:30～15:50

[映画会 110分、お話 15～20分程度]

◆お話 一般社団法人日本看取り士会会長
柴田久美子さん

《実用講座・7月建部大学》

野菜栽培の基礎 ～秋野菜の注意点～

野菜生産の栽培環境と品質・収量を研究している講師からポイントとなるお話をうかがいます。

◆日時 7月28日(金)13:30～15:00

◆講師 放送大学岡山学習センター客員教授
元岡山大学農学部教授
吉田裕一さん

※誰でも参加できます

・会場 建部町公民館

・参加費無料

・事前申し込み 推奨

・お問合せ・お申込み

建部町公民館 ☎086-772-2212

<大人のメイク講座>

～簡単キレイ 大人の好印象メイク講座～

簡単にキレイになれるスキンケア・メイクのコツ、夏の汗・ニオイ対策の効果的なケアをご紹介します。

◆日時：6月29日(木)13時30分～15時

◆場所：建部町公民館 2階第1会議室

◆講師：花王グループ カスタマーマーケティング(株)

◆参加費：無料 ※サンプル特典あり！

◆持参物：手鏡・あれば眉を描くペンシル等
(※講師による直接の個別メイク指導はできかねます。)

◆定員：30名

◆申込 開催日1週間前までに公民館へ申込

建部大学 8月から3月までの予定

日時	内容	講師
8月25日(金) 13:30～15:00	大雨災害と天気 図の見方	岡山地方気象台職員
9月22日(金) 13:30～15:00	十勝のチーズを 知る	(株)明治西日本支社 加藤美穂さん
10月27日(金) 13:30～15:00	浮世絵に見る江 戸の楽しみ	岡山大学文学部准教授 大久保範子さん
10月	研修旅行	調整中
11月24日(金) 13:30～15:00	きこえがどんどん 悪くなる？～高 齢化社会を迎え て～	岡山済生会総合病院医 長(耳鼻咽喉科) 野山和廉さん
12月22日(金) 13:30～15:00	クリスマスコンサ ート	弦楽四重奏ルヴァンデス トさん
1月26日(金) 13:30～15:00	俳句の楽しみ	岡山ホトギス同人会会 長 石井宏之さん
2月16日(金) 13:30～15:00	総合内科・総合 診療科のお話(仮 題) 〈高齢者健康セ ミナー〉	岡山大学学術研究院医 歯薬学域総合内科学講 師 小比賀美香子さん
3月22日(金) 13:30～15:00	バスガイドさんが 案内する模擬体 験旅行～神話と ともに鳥取～	バスガイド 岡村真美さん

*日時・内容・講師については変更することがあります。

建部町公民館
では三月十三日
から四月十五日
まで食器と服の
交換会を行いま
した。公民館で
期日前投票と重
なつたこともあり
大勢の方にお越
しいただき、大変
ご好評をいただき
ました。食器、
服、小物、履物、
おもちゃなどが
たくさん持ってきて
いただきありがと
うございました。



机上の食器は幾
度も入れ替わり、
特に服の交換コー
ナーはこれまでで
一番の賑わいで、
たくさんぬいぐ
るみもすぐになく
なりました。今年
度中にもう一回
開催を予定してい
ますので、よろし
くお願い致しま
す。

食器&服の交換会(お礼)

ぴよぴよリトミック

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

6月16日(金) 建部認定こども園

2歳 9:40~10:15 / 4歳 10:20~10:55

7月14日(金) 福渡保育園

2・3歳 9:40~10:20 / 4・5歳 10:25~11:05

◆対象 就園前の子どもと保護者

◆申込み 開催日1週間前までに公民館へ申込み

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」

6月22日(木)10:30~12:00

◆講師 小林 智子さん(子育て応援 遊里代表・助産師)

◆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

◆場所 建部町公民館

◆対象 就学前の子どもとその保護者

◆申込 6月15日までに公民館へ(☎または窓口に)

落語へ行こう!

◆日時: 7月15日(土)13時30分~15時

◆場所: 建部町公民館 2階第1会議室

◆出演者: 落 語: 車家化狐。(くるまやかっこ。)
三味線: 風流亭蘭実大 (ふうりゅうていらみえる)
(岡山大学落語研究会 0B)

◆参加費: 無料

◆定 員: 30名

◆申 込: 開催日1週間前までに公民館へ申込

書写を楽しもう

◆日時 7月20日(木)10:00~11:30

◆講師 吉岡 優さん(岡山県書道連盟会員)

◆参加費 500円(当日集金)

◆定 員 10人(先着順)

◆持ち物 習字セット、半紙、JAの課題、
古新聞、ぞうきん

◆申込み 公民館まで
(直接・☎・Faxにて)



岡山市 行政相談

6月16日(金)13:30~15:30

7月21日(金)13:30~15:30

建部町公民館 2階第2会議室

建部ふれあい元気教室

〈2023年度 介護予防教室〉

◆日時 毎月 第3火曜日 10:00~12:00

6月20日(火)

いつ食べる? 時間栄養学で体のリズムを整える!

7月18日(火)

放置しないで! めまいについて

◆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



【感謝状を授与された講師を囲むクラブ生】

公民館クラブ講座紹介④
命の貯蓄体操

毎月第一・二・三・四金曜日
十時~十二時

生命(いのち)の貯蓄体操は、東洋医学の考え方を基礎に考案された日本式の氣功養生術で、お金のよう健康も大切に蓄えてほしいという想いが込められています。
丹田呼吸法をメインにして、身体の力を抜いて全身を動かし、病気にかりにくい、ケガをしにくい身体に改善し、また自律神経を調え、ストレス解消、疲労回復、不眠改善等の効果が期待できます。クラブ生の声です。
「体操のおかげで八十三歳まで元気で過ごしています」「風邪、肩こり、便秘がなくなりました」「骨折も早く良くなりました」等々。
何となく体の不調を感じている方、ぜひ一度見学してみてください。
(クラブ代表 戸田 正子)

◇お知らせ◇

男性用トイレにサニタリーボックスを設置

前立腺がんや膀胱がん手術の影響等で尿漏れパッド、紙おむつを使用する方が安心して外出できるよう、公民館の男性用トイレ(個室)へサニタリーボックスを設置しました。お気軽にご利用ください。

石坂桑亀

幕末の蘭方医です。天明八年（一七八八）現在の久米郡美咲町境に生まれ、津山の漢方医に学んだ後、京都の吉益南涯から古医方を学び、大坂の合水堂で華岡流外科を習得しました。帰郷して福渡村で開業しますが、宇田川玄真の「医範提綱」に感銘を受け、長崎に遊学してシーボルトの「鳴滝塾」で

郷土の偉人

石坂桑亀墓所

歴史案内看板の紹介

蘭学を学びました。再度帰郷し、名医として近隣の住民から慕われました。

後に足守藩に召し抱えられ、藩財政の回復に努めますが、上司と対立し、辞任して倉敷に移り開業しました。

妻の死を機に、昔住んでいた福渡村に近い建部村に移り、嘉永四年（一八五二）に没するまで、漢方、蘭方医として村民に尊敬されました。

建部上の願成寺にある墓所

には桑亀、その妻、二人の息子が眠っています。桑亀の子孫は東京に在住なので、近くにお住いの兵後妙子さんが長年にわたリ墓守をしてこられました。

歴史案内看板の設置

墓所のある建部上区町内会では石坂桑亀を地域の人や来訪者に広く知ってもらうとともに、郷土への愛着と誇りを醸成するために「岡山歴史のまちしるべ」事業により、墓所近くに「石坂桑亀墓所」の歴史案内看板を三月に設置しました。

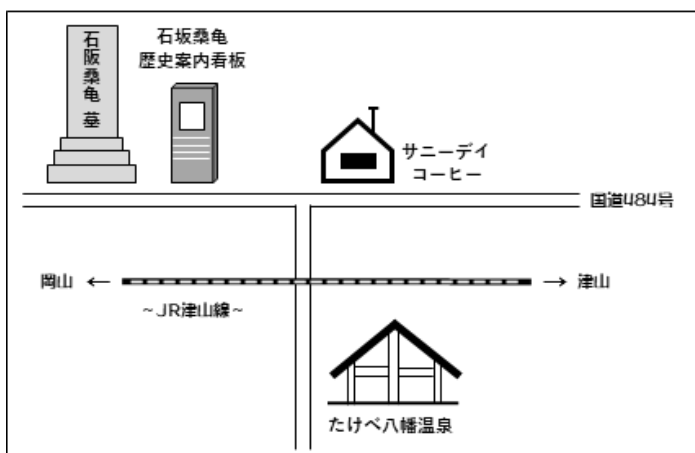


岡山歴史のまちしるべ事業

地域の歴史や文化資産の由来を看板で紹介する岡山市の事業で、看板の設置場所や内容の提案を町内会、自治会、商店街組合などから募っています。看板で紹介するのは主に戦前までに地域の歴史や文化に

刻まれた建築物、人物、地名、交通施設、事象などです。この事業は平成二十七年度にスタートし、建部町内には平成三十年度にたけべ八幡温泉と建部町産業観光物産案内所の近くに「国境のまち建部町」の歴史案内看板が各一基設置されました。今回の石坂桑亀墓所の看板が三基目になります。

〈墓所への案内図〉



食品ロス削減のための講座

	食品ロスあれこれ	冷蔵庫の整理活用術
日時	6月24日(土) 13:30~15:00	7月21日(金) 13:30~15:00
講師	岡山市環境事業課 資源循環推進室 平田 健二さん	ライフオーガナイザー 西後 真湖実さん
内容	①食品ロスをなくする(生ごみの削減)ための取り組み ②生ごみリサイクルで減量(生ごみ堆肥化)について ③生ごみ処理容器購入費補助制度について	こんな方にお勧めです ①冷蔵庫の中で腐らせてしまった経験がある ②あると思って買ったけど同じものがあつた経験がある ③買ったものをとりあえず冷蔵庫に詰め込んでいる

※会場はいずれも建部町公民館です。
※建部町公民館まで電話でお申し込みください。

みどりの映画会〈食品ロス特集〉

食品ロス削減講座に関連する映画の上映会を行います

6月26(月)

・13:00~「0円キッチン」 ・18:00~「0円キッチン」

7月21(金)

・12:40~「もったいないキッチン(ショート)」
・15:15~「もったいないキッチン(ロング)」
・18:00~「もったいないキッチン(ショート)」

他にも「シャドーディール」「プラスチックの海」の上映も予定しています。詳しくはQRコードから。

- ◆会場: 建部町公民館 3階視聴覚室
- ◆主催: みどりの映画会
- ◆視聴料: 1本 800円
- ◆問合せ: 下山田 ☎090-6199-4626



※「QRコード」は株式会社デンソーウェブの登録商標です。

地域からお知らせ

建部町図書館

おはなしかいの予定

- 6月24日(土) 11:00~11:20
「はみがきれっしゅしゅっぱつしんこう!」他
- 7月22日(土) 11:00~11:20
「ぴょーん」他



今年もやります! 福ふく市

建部の美味しい 楽しいがいっぱい。みんな遊びにおいでよ。
ピンクの列車も来るよ! みんなで会いに行こう!

◇日時: 7月、8月、9月の第3日曜日
11時~14時

◇場所: 福渡駅

◇内容: 新鮮野菜、ヨーグルトソフト、コーヒー、かき氷、ピザ、わらび餅、焼き菓子、演奏会など

* 出店店舗は日によって変わります。
この時だけのお店同士のコラボもあります。
(お問い合わせ先)
たけべ福渡しプロジェクト(建部町観光協会内)
☎086-722-4052

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】
- 433回 6月18日(日) 徒歩7km
舗装道路歩き 標高差: やはた温泉(55m)~上山牧場(251m)
- ◆行き先: 上山牧場一周
- ◆集合: たけべ八幡温泉駐車場 8:20
- ◆コース: たけべ八幡温泉駐車場 8:35...大田橋...塚の鼻古墳...比丘尼像...十二本木様...10:10 上山牧場...10:40 友愛の丘(休憩)...石引...しあわせ橋...11:55 たけべ八幡温泉駐車場(解散)
- ◆参加費: 100円(少雨決行)
- 434回 7月16日(日) 徒歩5km
舗装道路歩き 標高差: 道の駅(118m)~仏教寺(275m)
- ◆行き先: 久米南町の仏教寺
- ◆集合: 建部支所 8:30(車4台に分乗)
- ◆コース: 建部支所 8:40→9:00 久米南道の駅...仏教寺入り口...10:30 仏教寺...11:30 草木...11:40 久米南道の駅→11:50 すぎ茶屋→12:30 建部支所(解散)
- ◆参加費: 100円(小雨決行)

※参加は自由で、予約もいりません。
詳しい行程、地形図は、建部町公民館に置いています。

改修工事完了のお知らせ

- ◆ 昨年11月から始まった公民館の長寿命化工事が4月末で完了いたしました。工事に伴い利用者の皆様には大変なご不便をおかけしました。また、工事が4月にずれ込みまして申し訳ありませんでした。
- ◆ この度の工事は外壁改修、屋上防水が中心でしたが、図書室カーペットの張替え、1階ロビーの照明器具取替、2、3階男子トイレの洋式化など設備の改善も併せて行いました。また各室に網戸を設置いたしました。改修なった公民館のさらなるご利用をお願いいたします。

建部町公民館長



建部町地域カレンダー 6月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					鉛筆画展開催中	
4	5	6	7	8 ◎スマホ教室	9	10
11	12	13	14	15	16 行政相談 ◎JMミツ(建こ園)	17
18 歩こう会	19	20 ◎元気教室	21	22 ◎ペーパークラフト	23 ◎建部大学	24 おはなし会(図) ◎食品ロス講座
25	26 みどりの映画会	27	28	29 ◎大人のメイク講座	30	

※◎…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。

7月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6 ◎スマホ教室	7	8
9	10	11	12	13	14 ◎JMミツ(福渡保)	15 ◎落語へ行こう!
16 歩こう会	17 海の日 <休館日>	18 ◎元気教室	19	20 ◎書写を楽しもう	21 みどりの映画会 ◎食品ロス講座 行政相談	22 おはなし会(図)
23 30	24 31	25	26	27	28 ◎建部大学	29