

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

第43回 建部町文化祭出展・出演 募集!

令和5年11月11日(土)・12日(日) 建部町文化センターで開催



- ◆応募条件: ①建部町公民館または建部町で活動している団体であること
②「まちを元気にする文化祭」の趣旨に賛同できる方
- ◆運営協力金: 1人100円、団体1,000円
- ◆注意: 昨年まで参加されていた団体の方も申込みが必要です
- ◆申込み〆切: 8月25日(金)まで

◆「申込書」「参加要項」は公民館窓口に設置しています。※詳しくは、建部町公民館までお問合せください。

8・9月の建部大学のご案内

大雨災害と 天気図の見方

気象台予報官から防災知識と防災気象情報を学びます。

- ◆日時 8月25日(金)13:30~15:00
- ◆講師 岡山地方気象台予報官 片山秀昭さん ほか

楽しく健活セミナー

～十勝のチーズを知る～

チーズの歴史、作り方や栄養、そしてチーズ適した自然“十勝”のチーズの魅力をお伝えします。

- ◆日時 9月22日(金)13:30~15:00
- ◆講師 (株)明治 西日本支社コミュニケーション課
食育担当 加藤 美穂さん

・受講料無料
※建部大学は誰でも、何時からでも参加できます。
興味のある回だけの参加も歓迎します。公民館にお問い合わせください。

ステンレス製ボトルの回収

ご家庭で不要になった使用済みステンレス製ボトルの回収を始めました。公民館の玄関に回収ボックスを設置していますので、そちらへ入れてください。

高齢者のためのスマホ教室 ～LINE教室【応用】～

無料スタンプの取得、通知オフ・ブロックの仕方、プロフィール写真の設定、その他の使い方

- ◆日時 9月7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 ソフトバンク(株)
- ◆参加費 無料
- ◆持参物 スマートフォン(※無い方にはお貸しします。)
- ◆定員 30名
- ◆申込 9月1日(金)までに公民館へ申込

<ヘアケア講座>

～ヘアケア・ヘアカラーを楽しむ講座～

ヘアスタイリングの仕方やヘアケアのコツ、自分に似合うヘアカラー(髪色)診断を体験してみませんか? 楽しみながら、自分に合ったヘアケア・ヘアカラーを見つけましょう!

- ◆日時 9月14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
- ◆持参物 スマートフォン

岡山市 行政相談

8月18日(金)13:30~15:30

9月15日(金)13:30~15:30

建部町公民館2階第2会議室

～バスで行く研修旅行・参加者募集～
食を満喫！神戸・姫路の工場見学とお買い物

《めんたいパーク神戸三田・ヤマサ蒲鉾夢前工場・灘菊酒造》

10月19日(木) 8:00～17:30

- ◆参加費 昼食代込み 10,000 円 (雨天決行)
- ◆8月1日からチラシ配布、受付開始
- ◆お問い合わせは建部町公民館へ



光る水鉄砲をつくろう

「光る水鉄砲づくり」
9月2日(土)14:00～16:00

- 昨年の光る物シリーズ最新作。みんなで楽しくつくろう！！
 見本が公民館にあるから、見に来てね！
- ◆講師 日本技術士会のみなさん
 - ◆持ち物 タオル・筆記用具・飲み物
 - ◆場所 建部町公民館 2階第1会議室
 - ◆対象 3歳～小学生とその親(小学生未満は保護者同伴)
 - ◆定員 20名 定員を超えた場合キャンセル待ちとなります
 - ◆参加費 300円(保険代含む) 作る人のみ
 - ◆申込 8月26日(土)までに公民館へ
 キャンセルは8月28日(月)まで

たけのこぐんぐん

子ども達に自由に遊んでもらえるように様々な道具を準備しています。
 日常の【それやっちゃダメ！】から解放されて好きなように遊べる時間と場所を提供します。

「公民館で無制限あそび！」
9月2日(土)10:15～11:30

- ◆講師 森廣 美郷さん(くまの森代表 保健師)
 濱田 由紀さん(くまの森メンバー)
- ◆持ち物 お着換え用の服・濡れたタオル(おしぼり用)
 汚れたものを入れるビニール袋
- ◆場所 建部町公民館 2階図書室 2階第2会議室(授乳室)
- ◆対象 就学前の子どもとその保護者
- ◆定員 15組(申込み状況によっては途中で募集を締め切る場合がございます。)
- ◆参加費 無料
- ◆申込 8月25日(金)までに公民館へ(☎または窓口)

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
9月8日(金) 福渡保育園
 2・3歳 9:40～10:20/4・5歳 10:25～11:05
 - ◆対象 就園前の子どものと保護者
 - ◆申込 開催日1週間前までに公民館へ申込

地域の先生大募集！！

あなたの得意な分野で、地域の人に伝える講座を開催しませんか。
 手芸、料理、演奏などなど・・・、ご相談ください。
 ★詳しくは、建部町公民館までお問い合わせください。

夏休みに公民館ロビーを開放！

- 宿題・読書・待ち合わせに・・・
- ◆期間 **7/20日～8/28** ※水・祝日は休み
 - ◆時間 **9:30～17:00**
 - ◆対象 **小学生・中学生**

公民館クラブ講座紹介⑤
ちよこつとお琴

私たちは今年の六月にスタートしたばかりのほやほやのクラブですが、月二回楽しく練習しています。
 いろいろな楽器があるなかで、古典的な琴の音色も良いものです。
 琴を演奏したことがない人でも、このクラブで仲間と一緒に練習していくうちにだんだんと弾けるようになっていきます。
 家に琴が眠っている人や、新しいことに挑戦したい人、琴に少しでも興味がある人は、体験しに来てください。お待ちしています。
 琴をお持ちでない人にはお貸ししますの
 で気軽にお越しください。
 (クラブ代表 藤原明子)

毎月第二・四月曜日
 十四時～十六時

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
 8月29日(火)
 痩せているのに肥満!?サルコペニア肥満とは

9月19日(火)
 やつク! 知つク! 認知症予防!

- ◆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

北市民健康づくり建部会議の取り組み②

～建部地域愛育委員会～

「北市民健康づくり建部会議」では、様々な団体が連携して地域の健康づくりを進めるための活動をしています。各団体からリレー形式で健康に関する情報をお届けします!

愛育委員会では、6 月から始まっている特定健診・がん検診に協力しています。事前に全戸配布・回覧などで検診を勧めたり、がん検診の集団検診では、皆さんがスムーズに受けられるよう協力しています。7~10月には肺がん検診、9~10月には乳がん・子宮がん検診の集団検診があります。がんは早期発見・早期治療が大切です。一人でも多くの方に受診していただけるように声かけをしています。笑顔で健康な毎日を過ごしましょう。

地域のニュース

山ゆりの会が見学者募集中!

建部町長尾地区の山の上、長尾農村活性化センター(和田南)で毎週水曜日に「山ゆりの会」によるこんにやく作り・豆腐作りが行われています。地域活性化のために地区の女性により平成 2 年に結成されたのが始まりです。

平成 19 年には活動が評価され内閣総理大臣賞を受賞するなど活発に活動してきましたが、今、担い手不足に直面しています。代表の下野智子さんは「手作りに興味のある方、一度見学にいらっしやいませんか」と呼びかけています。ご希望の方は FAX(086-722-1940)でご連絡くださいとのことです。



こ手芋(豆手豆(右
 んに作(左腐作を)
 やりから(こ)り地
 くしら(ん)の用元
 たで(に)や木し産
 玉てく 綿た大



また、子どもの健やかな成長を願って、毎月第 3 水曜日(1 月と 8 月は除く)午前中に赤ちゃんすくすく相談があり、アシスタントをしています。参加者は赤ちゃんと保護者です。赤ちゃんの身体測定、保護者の交流支援に協力しています。保健師さんの育児相談も受けられます。建部地域では赤ちゃんは少ないのですが、毎月数組の参加があります。赤ちゃんの笑顔に、愛育委員もパワーをもらって癒されています。一人でも多くの参加をお待ちしています。



サダム祭開催

郷土出身の洋画家・佐藤定さん(吉田)の 5 回目となる特別展が 6 月 23 日から 25 日まで、住まいを改装した「油彩 muSeum『寒の風』」で開催され、大勢の人が訪れました。今年から開館日を春・秋の好季節に定期的に設けることになりました。詳しくはパンフレットを公民館に置いていますのでご覧ください。

地域からお知らせ

建部町図書館

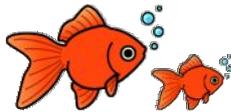
おはなしの予定

8月26日(土) 11:00~11:20

「きんぎょがにげた」他

9月16日(土) 11:00~11:20

「せんろはつづくどこまでつづく」他



夏休みの宿題は図書館で！

今年もやってきました暑い夏。家にいるとエアコンを使いたいのにな電気料金が気になって…という方は、ぜひ図書館にお越しください。涼み目的でもOKです。小学生には、夏休みの宿題（読書感想文や自由研究・工作など）のお助けになる本を取り揃え、一部学習スペースを設けております。是非図書館をご活用ください。

もちろん中学生、高校生もOKです。



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】

435回 8月20日(日) 徒歩5km
標高差なし

- ◆行き先：建部駅から鹿瀬橋・吉田の旭川沿い周遊
- ◆集合：建部駅裏駐車場 8:30
- ◆コース：建部駅裏駐車場 8:40…西原公民館前…鹿瀬橋…吉田の旭川土手…中吉橋…建部駅裏駐車場
- ◆参加費：100円(少雨決行)
- ◆持ち物：飲み物、行動食、健歩手帳(雨具など)

436回 9月17日(日) 徒歩5km

- ◆行き先：日本100名城「烏城」散策
- ◆集合：福渡駅 8:25
- ◆コース：福渡駅 8:35→(快速)→9:10岡山駅…(駅前通り)…鶴見橋…11:00ガイドさんと一緒に烏城周辺の散策…12:00天守閣見学と昼食 13:50→(電車)→岡山駅 15:03→15:46福渡駅(解散)
- ◆参加費：100円(小雨決行)
電車賃往復1,180円(福渡駅からの往復)
- ◆持ち物：飲み物、行動食、昼食代、健歩手帳(雨具など)

※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あります。



今年も、短冊を
たざり、ど
も達、願
い、地、の、人、に
の、願、を、短、冊、に
込、め、て、の、幸、せ、を
願、う。中、の、幸、せ、を
願、う。年、の、短、冊、を
燃、お、も、と、て、今
た、た、だ、き、ま、し

8月 建部町地域カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5 ◎電一先生の電気講座
6	7	8 ◎夏休み体験教室	9	10	11 山の日 <休館日>	12
13	14	15	16	17	18 行政相談	19
20 歩こう会	21	22	23	24	25 ◎建部大学	26 おはなし会(図)
27	28	29 ◎元気教室	30	31		

9月

※◎…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ください

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 ◎たけのこくん ◎光る水鉄砲作り
3	4	5	6	7 ◎スマホ講座	8 ◎Jミツジ(福渡保)	9
10	11	12	13	14 ◎ヘアケア講座	15 行政相談	16 おはなし会(図)
17 歩こう会	18 敬老の日 <休館日>	19 ◎元気教室	20	21	22 ◎建部大学	23 秋分の日 <休館日>
24	25	26	27	28	29	30