

上道公民館 だより



発行：岡山市立上道公民館

〒709-0631 岡山市東区東平島 191

Tel/Fax (086) 297-2377

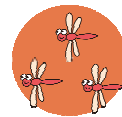
[E-mail] joutoukouminkan@city.okayama.lg.jp

[URL] https://www.city.okayama.jp/shisei/0000032270.html

[フェイスブック] https://www.facebook.com/JoutouKouminkan

◇主催講座のご案内◇ 1ページ、4ページ

- 状況の変化により日程・内容を変更する場合があります。
- 講座の様子を記録撮影し、掲示物・web・報告冊子等で使用することがあります。
- お申し込み時にいただいた個人情報は、その講座のみに使用し、他の目的には使用しません。



◇文化祭のご案内◇ 2～4ページ

今年度のテーマは「体験イベントの充実」です。みなさまのご来場をお待ちしています。

上道地区の歴史を学ぶ会 *参加無料

上道地区の歴史遺産を散策しましょう。

倉安川吉井水門（世界かんがい施設遺産）・吉井宝塔・石津神社・福岡（本城山）城跡（福岡合戦）をめぐります。

■歴史散策（御休小学校区）■ ※少雨決行

【日時】10月21日(土)9時～12時

【内容】予定コース（各自で車移動）

上道公民館駐車場集合 9:00→倉安川吉井水門見学 9:20～10:10→徒歩 10分(200m)→

吉井宝塔 10:20～10:50→水門駐車場

11:00→石津神社 11:30～11:40→福岡城跡（本城山）見学 12:00→吉井川中州福岡奥の城跡・大日幡山城遠望後 解散

【定員】20人（先着順）

【持ちもの】飲みもの、歩きやすい服装で

【申し込み】受付中。9月30日(土)締切

初歩からのパソコン・スマホ なんでも相談 *参加無料

公民館 IT ボランティア「PC上道」スタッフが、パソコン・スマホ・タブレットに関する相談にお答えします。パソコン等の機器は、持ち込みをおすすめします。

10月のテーマは「住所録・年賀状」です。

【日時】9月10日・24日、10月8日・22日

(第2・4日曜) 14時～16時

【申し込み】受付中。来館か電話で

相談内容・使用機器(OS)・

機器持ち込みの有無をお知らせください

各実施日の5日前(火曜日)締切



おはなしの会 *参加無料

「小鳥の森文庫」によるストーリーテリングや絵本の読み聞かせです。



【日時】9月9日、10月14日

11時～11時30分(毎月第2土曜)

【内容】

9月「鳥になりたかったこぐまの話」ほか

10月「おんどりとひとかけらのダイヤモンド」

「ひつじのむくむく」

【会場】上道公民館 1階ロビー(キッズコーナー)

【申し込み】事前申込不要

上道キネマ倶楽部 *参加無料

■9月26日(火) 13時30分～15時30分

「お茶漬けの味」(1952年 日本)

地方出身の素朴な夫と夫にうんざりする上流階級出身の妻、二人のすれ違いと和解が描かれる。

小津安二郎監督作品。



■10月はお休みです

【定員】当日先着概ね50人(事前申込不要)

今後のラインナップ(予定)

11月28日	未完成交響楽 1933年 独・オーストリア
12月26日	泥棒と殿様(時代劇) —山本周五郎作品集より— 2000年 日本
1月23日	汚れなき悪戯 1955年 スペイン
2月27日	夏の嵐 1954年 イタリア
3月26日	裸の大將放浪記—山下清物語— 1981年 日本



クラブ体験イベント ～運動系～

★一緒に健康体操しませんか★

脳トレ、筋トレ、ストレッチなど、内容盛りだくさん!!

10/12(木)10:00～11:40

持ち物：運動しやすい服装、飲みもの

定員：5人 申込締切：当日まで受付可

担当：SKB 健康体操クラブ

★みんなで楽しくヨガで体を動かしませんか★

呼吸法に合わせて動いてみましょう。

10/19(木)、26(木) 両日とも 10:00～11:30

持ち物：バスタオル、運動しやすい服装

定員：4人(各日2人まで、女性限定)

申込締切：10/10(火) 担当：ヨガクラブ

★さわやか卓球★

卓球で楽しく体を動かしましょう。

10/16(月)15:30～17:30

持ち物：ラケット、運動靴、飲みもの

定員：5人 申込締切：10/14(土)

担当：さわやか卓球クラブ

★ひのき棒で、カラダ&ココロほぐし★

棒というツールがあることで、カラダの変化を感じやすくなります。ぜひ、ご自身の身体でご体感ください。

10/23(月)13:30～15:00

持ち物：運動しやすい服装(スカートは不可)、

5本指靴下、飲みもの

定員：10人 申込締切：当日まで受付可

担当：ひのき棒体操クラブ

～子ども対象～

★家族対抗将棋大会★

家族でペアになったの勝ち抜きトーナメントです。きょうだい・おじいちゃんおばあちゃんも参加可。

初心者の方も奮ってご参加ください。

10/8(日)、22(日)両日とも 10:00～12:00

定員：16組(両日合わせて、申込が少ない場合は中止)

対象：小学生以下の子どもと家族

申込締切：9/30(土)

担当：上道子ども将棋クラブ



★一緒に運動あそびで楽しもう!★

3B体操の用具(ボール、ベル、バルター)を使用した運動あそびにチャレンジします。

10/26(木)17:00～18:00

持ち物：運動しやすい服装、上ぐつ、

汗ふきタオル、飲みもの

定員：20人(3歳～小学生)

申込締切：10/19(木)

担当：ジュニア 3B 体操クラブ



じょうとう介護予防教室*参加無料

9月28日(木) 13時30分～15時30分

「よい咀嚼(そしゃく)」から始まるフレイル予防

10月26日(木) 13時30分～15時30分

笑顔で広げよう～認知症ケア～

【対象】 おおむね 65 歳以上の方

【定員】 各回当日先着 60 人(事前申込不要)

【持ちもの】 筆記用具、水分補給用の飲みもの、動きやすい服装・靴で

【主催・問い合わせ】 岡山市介護予防センター (TEL086-274-5211)

「夏の思い出祭り」大成功!!

中・高・大学生ら若者の公民館事業参画グループ「上道(かみつみち)ボランティア部」による、Summer Vacation Memories Festival 2023を8月12日(土)に行いました。

射的・輪投げなどの縁日ブース、不要なおもちゃを取りかえっこする「トイかえっこ」、ランプシェード工作、ステージ発表、手持ち花火大会など、メンバーがアイデアを実現し、200人弱の幼児・小学生おやこ等がお祭りを楽しんでくれました。

【メンバーの感想】

「子どもたちがみんな楽しそうにしていたから、やりがいがあった」

「たくさんの方が来てくれたから、準備とかをがんばってよかったと思った」

