

第27回御南西公民館文化祭

「令和5年度第27回御南西公民館文化祭」は、4年ぶりに**展示の部・実演の部の同時開催で11月18日(土)、19日(日)に実施**することが決定いたしました。

展示クラブ及び実技発表の日程の詳細につきましては次号でお知らせいたします。



コミュニティフリッジにご協力ください

困ったときはお互いさま

未開封のまま家庭で眠っている食品・日用品はありませんか。「北長瀬コミュニティフリッジ」を通して必要とされる方にお届けする予定です。

【受取期間】 11月13日(月)～11月19日(日)

【場 所】 御南西公民館 1階研修室

【対 象 品】 未開封で食品は消費期限が11月時点で1か月以上あるもの、未使用のもの

- 【 例 】 穀類、缶詰、瓶詰、インスタント食品、レトルト食品、調味料、食用油、飲料(水・コーヒー・紅茶等)、お米、乾麺、粉類(小麦粉等)、お菓子、石鹸、洗剤、シャンプー、ティッシュ、マスク、衛生用品、文具など

※冷凍・冷蔵・生鮮食品・アルコールは対象外

ステンレスボトル回収について

岡山市は企業と環境分野における連携協定を締結し、不要になった使用済ステンレス製ボトルの回収と再資源化に取り組めます。

ステンレス製ボトル専用の回収箱は公民館事務室前に設置しています。

回収箱に入れるときは、ボトルの中をよく洗って水気を切ってください。



ノートルダム清心女子大学社会教育実習報告

8月上旬の5日間、公民館事務の補助、掲示物の作成、主催講座やクラブ講座への参加など、たくさんの経験をしていただきました。

〈感想〉

5日間にわたる御南西公民館での実習は、私の人生において宝物となりました。訪れる方々の優しさで溢れる笑顔や和気あいあいと活動に取り組んでいる姿に元気づけられました。また、一人ひとりが自分らしく輝くことができる活動を行っている公民館は非常に魅力的で、地域になくはないものであることを実感しました。この経験を通して、小さなことでも誰かのためになるようなことを率先して行い、多くの人を幸せな気持ちにできるよう努めていきたいです。



(ノートルダム清心女子大学4年 藤原 真衣)

親子土曜塾 主催：バターライフ御南

【日 程】 全て10時～12時ごろ

開催日	行 事
9月 2日(土)	舟ゆうさんとソーメン流し
9月16日(土)	テニスor卓球体験 +月見団子づくり
10月 7日(土)	ポッチャ競技体験
10月28日(土)	お芋ほりと芋料理づくり 秋のあそぼう会

【参加費】 大人200円、中学生以下無料 各行事軽食つき

【場 所】 旧白石幼稚園跡地(北区久米348番地)

【申 込】 不要、午前10時までに旧白石幼稚園跡地へ集合、徒歩か自転車でお越しください。(駐車場なし)

※この事業は岡山市区づくり推進事業に指定されています。

資源化物回収について

【回収日時】 公民館開館日の9:00～17:00

※水曜・祝日・年末年始は休館

【回収品目】 洗った空き缶、空き瓶、食品トレイ、蛍光管、スプレー缶

※ペットボトル・紙パック・廃油・電池等は回収できません。



みなんにし

第188号 令和5年9月1日
発行: 岡山市立御南西公民館
〒700-0951 岡山市北区田中 157-110
Tel/Fax 086-244-1855
Eメール: minannishikouminkan@city.okayama.lg.jp
ホームページアドレス
<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010986.html>



公民館避難訓練を開催しました

御南西公民館を要支援者の一時的避難所と位置づけ、避難者受入れと運営のスタッフ訓練を7月22日(土)に行いました。今回は車イス操作の他、怪我の救急処置講習や担架訓練なども取り入れることで、より内容を充実させスタッフのさらなるレベルアップを図りました。



簡易テントの組立



担架の使い方訓練



市民病院講習



車イス講習

〈参加者の感想〉

- ・災害時の怪我への対処などについて詳しく教わることで、とてもためになった。
- ・車イスの作動や実際に乗ったことで乗った時の目線を感じることができてよかった。
- ・担架の使用、避難所でのベッド、テントの設置収納は何度やっても新しい学びがある。



夏休み公民館へおいでよ&公民館クラブ講座体験

今年の夏も楽しい思い出がたくさんできました♪活動の様子の一部をご紹介します。



正五角形を折ってみよう



カブトムシを育てよう



平和って大事だね



御南焼・土ひねりクラブ体験

〈参加した小学生の感想〉

- ・カブトムシの育て方や一生などをよく知ることができた。らい年たまごからかえって、また育てられるようにしたい。
- ・今から78年まえにあった戦争でたくさんの人がなくなったことを知って「平和」はとても大切なんだと思った。これからは今までよりも「平和」を大切にしたいと思った。
- ・いろいろなこぶやおさがりができてたのしかったし、きれいに作れてよかったなと思った。
- ・たくさんのお花を使ってかわいくできた。葉っぱなども工夫して使うことができた。



なかよしクッキング



菊水流詩舞クラブ体験



フラワーアレンジメントクラブ体験



キッズパン・手づくりパンクラブ体験

【休館日】 9月 6日(水)、13日(水)、18日(月祝)、20日(水)、23日(土祝)、27日(水)
10月 4日(水)、 9日(月祝)、11日(水)、18日(水)、25日(水)

【各講座の申込方法】 電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-244-1855
〈開館時間〉9時30分～21時(日曜日は～17時) 〈休館日〉水曜・祝日(水曜と祝日が重なる場合は翌日水曜日)

主催講座案内

託児ボランティアグループ「りんごの会」親子講座
みんなでいっしょに楽しもう! [全6回]
 「りんごの会」は地域の親子を応援するグループです。季節の遊びや、体を動かして一緒に遊びませんか。


③ 9月 7日(木)「ミニ運動会」
 ④ 10月 5日(木)「おさんぽ遠足」
 ⑤ 12月 7日(木)「リトミック」
 ⑥ 1月18日(木)「レクリエーション」

いずれも 10:00~11:30 (第4回は12時まで)
 【対象・定員】 就園前の親子・12組
 【材料代】 必要な回だけ当日集金
 【申込】 公民館窓口または電話にて



共催：くらしのたね / 協力：社会福祉法人 南野育成園
子育て座談会～発達障害を考えよう～
 子育て孫育てで気になることや発達障害について、お喋りや情報交換をしませんか。ホッとできるひとときを一緒に。

【日時】 9月19日(火)、10月17日(火)
 いずれも 10:00~12:00
 【対象】 発達障害に興味関心のある方
 【定員】 15名
 【申込】 公民館窓口または電話にて





赤ちゃんスマイル はじめの一步

【日時】 9月16日(土)、10月21日(土)
 いずれも 10:00~11:30


【内容】 子育ての情報交換、読み聞かせなど
 【持ち物】 飲み物、バスタオル等
 【定員】 5組 【申込】 公民館窓口または電話にて
 【対象】 1歳の誕生日を迎えるまで
 ※1歳になった後も、年度内は参加可能です。

◆ボランティアスタッフ募集◆
 「赤ちゃんスマイル はじめの一步」で読み聞かせやわらべ歌をしていただける方を募集しています。子どもが好きな方、子育てが落ち着いた方、大歓迎です★お気軽に御南西公民館までご連絡ください。

産後ケアヨガ&ふれあいタイム
 子育て中のお母さん、赤ちゃんと一緒に自分をいたわりながら、リフレッシュしませんか。

【日時】 9月22日(金)
 13:00ドアオープン、13:30スタート~15:00 フリートーク
 【講師】 生本 かずみさん(ヨガ講師)
 【対象】 生後3~7カ月までの赤ちゃんとお母さん
 【定員】 親子6組
 【申込】 8月28日(月)~
 公民館窓口または電話にて



みなんにしシネマ
 懐かしい映画を楽しみましょう。

【日時】 9月 5日(火) 10:00~12:00
 「アパッチ砦」 1948年：127分・米・字幕
 11月 7日(火) 10:00~12:00
 「一人息子」 1936年：87分
 【受講料】 無料 【申込】 不要




わくわく文庫

【日時】 9月11日(月)、10月30日(月)
 いずれも 10:00~11:30

【内容】 季節のわらべ歌、読み聞かせ、工作など
 【年会費】 子ども1人につき100円

みなんにし親子ひろば

【日時】 9月25日(月)、10月23日(月)
 いずれも 10:00~11:30

【内容】 親子のふれあいあそび、情報交換など
 【対象】 2才の誕生日を迎えるまでのお子さんと保護者
 ※下に弟・妹がいる場合は、2才以上のお子さんも参加可能です。




じよぼら会のパソコン教室

パソコン教室



【日時】 9月16日、30日
 いずれも土曜日 13:30~15:30

【内容】 「町内会回覧板を作ろう」(Word 初級)
 【定員】 10人 【受講料】 500円(2回コース)
 【持ち物】 ご自身のパソコン、筆記用具
 【申込】 9月2日(土)~公民館窓口または電話にて

パソコン相談室

【日時】 9月 2日、 9日
 10月 7日、14日、21日、28日
 いずれも土曜日 13:00~14:30

【受講料】 無料
 【申込】 不要。ご来館時に受付票にご記入ください。





健康みなんにし21主催
21元気教室

「いつまでも笑顔で!いつまでも元気で!」
 OKAYAMA 市民体操や脳トレなど行います。

【日時】 9月 5日、12日、19日
 10月 3日、10日、17日、31日
 全て火曜日 13:00~15:00

【内容】 OKAYAMA 市民体操、あつ晴れ!もも太郎体操 脳トレ 他
 【対象】 おおむね65歳以上 【持ち物】 水筒
 【服装】 運動できる靴、動きやすい服装
 【申込】 公民館窓口または電話にて




健康みなんにし21主催
みなんにしディスコンの会

ディスコンはどなたでも気軽に楽しむことができるスポーツです。あなたも一緒に楽しみませんか!


【日時】 9月25日(月)、10月23日(月)
 いずれも 13:00~15:00

【定員】 20人 【対象】 どなたでも
 【持ち物】 上履き、タオル、お茶
 【申込】 公民館窓口または電話にて



西学区のあゆみ実行委員会共催
写真集「西学区のあゆみ」
発刊記念ウォーキング大会 写真集はもうすぐ完成!
 写真が語る未来へ伝えたい「地域の宝」を再発見!
 中学生ボランティアがガイドや運営のお手伝いをします。



【日時】 10月29日(日) 10:00~12:00
 【集合】 御南西公民館
 【対象】 子ども~大人
 【コース】 田中・久米・今保方面(約5km)
 海や川にちなんだ史跡にも注目です!
 【持ち物】 飲み物、タオル、おやつ(必要な人のみ)
 【服装】 ウォーキングに適した服装・シューズ
 【申込】 公民館窓口または電話にて



健康みなんにし21主催
いきいきウォーク

【日時】 9月12日(火) 8:45~15:30ごろ
 【集合】 北長瀬駅(8:45より早めにお集まりください)
 【行き先】 般若院(児島)周辺散策(約7km)
 ※雨天の場合は、14日(木)に順延します。
 ※旅程票は公民館にあります。

【持ち物】 弁当・交通費等・保険証・筆記用具
 【服装】 ウォーキングに適した服装・シューズ
 【申込】 公民館窓口または電話にて

御南西ふれあい元気教室

【日程】 9月26日(火) 10:00~12:00
 「知って得するお口の知恵袋」
 10月24日(火) 10:00~12:00
 「痩せているのに肥満!？」
 サルコペニア肥満とは!

【講師】 岡山市ふれあい介護予防センター職員
 【対象】 おおむね65歳以上の岡山市民
 【準備物】 運動できる服装、お茶等水分補給できるもの
 【申込】 不要

