

# ぶどうばたけ

No. 232

2024年2月1日発行

岡山市立旭東公民館

〒704-8183

岡山市東区西大寺松崎 310-1

TEL・FAX (086) 943-1154

【旭東公民館】ホームページ URL  
 フェイスブック URL  
 インスタグラム URL  
 メールアドレス

<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010740.html>

<https://www.facebook.com/KyokutouKouminkan>

<https://www.instagram.com/kyokutoukouminkan/>  
 kyokutoukouminkan@city.okayama.lg.jp

旭東公民館



ホームページ

旭東公民館



Facebook

旭東公民館



メールアドレス

旭東公民館



Instagram

KYOKUTOUKOUMINKAN

## 支えるみんなの活動講座フォローアップ講座 あっ晴れ！もも太郎体操 & 軽スポーツ体験

◆社会福祉協議会・介護予防センターとの連携◆

いくつかのサロンですで行われている「もも太郎体操」や友達や近所の方と手軽にできるいくつかの軽スポーツを紹介します。今回限定の新企画!!

【日 時】2月24日(土) 13:30~15:30

【内 容】★健康寿命を延ばそう!

あっ晴れ！もも太郎体操とその効果

★軽スポーツ体験

・トリコロキューブ ・ポッチャ  
 ・ラダーボール ・モルック

【定 員】25名

【費 用】無料

【申 込】受付中。2月20日(火)までに  
 公民館へ。※電話可

## 旭東!!元気!!いきいき健幸(けんこう)講座

主催：旭東健康21

協力：東区保健センター・旭東公民館

しっかり笑ってからだもこころも健幸に  
 ~笑顔からはじめる健康づくり~

【日 時】2月9日(金) 10:00~11:30  
 受付9:40~10:00

【内 容】◇講話編  
 旭東健康21メンバーによる講話  
 ~『笑い』と健康の関係~  
 ◇実践編  
 綾小路きみまろさんのDVD視聴

【定 員】50名

【費 用】無料

【申 込】受付中。※電話可

## 旭東映画会

◆「バルカン超特急」

(1938英・98分・モノクロ)

【日 時】2月27日(火) 9:30~11:20

【内 容】アルフレッド・ヒッチコック監督の  
 サスペンス。老女が突然、車中から姿を  
 消す。

【申 込】受付中。※電話可

## 子どもも大人もけん玉教室

【日 時】2月25日(日) 10:00~12:00

【講 師】森岡雅夫さん(日本けん玉協会)

【定 員】30名(先着順)

【費 用】無料

【持ち物】飲み物、けん玉(あれば)

【申 込】2/1(木)9:30以降に公民館へ  
 ※電話可



## かちかちこども食堂

主催：かちかちネットワーク 共催：旭東公民館

【日 時】3月3日(日) 受付 10:45~12:30  
 11:30~ 12:00~ 12:30~の3回分

【定 員】各回30人

【費 用】こども無料 中学生以上200円

【申 込】①オープンチャットと公式LINEに  
 友達登録

←お申し込みはこちら↓

<https://lit.link/kachinet>



②2/25(日)に配信される  
 予約フォームで申込み  
 ※ニックネーム登録可

☆ 休館日 ☆ 毎週水曜日・祝日(水曜日が祝日にあたる場合はその翌日も)・年末年始

☆ 開館時間 ☆ 平日 9:30~21:00 日曜日 9:30~17:00

## 令和6年度 旭東公民館クラブ講座案内

◆クラブ講座は実施日にいつでも見学できます。この機会に何か始めてみませんか？(★印は4月開講)

◆受講料(講師への謝礼金)のほかに、材料費・年会費など実費必要な講座もあります。

No	クラブ講座名	講師名	週・曜日	時 間	受講料(月)	平均材料費(月)	備 考
1	リラックス 整体	遠藤千代子	1.3月	10:00~12:00	500円/回		
2	やさしい 整体	遠藤千代子	2.4月	10:00~12:00	1000円		
3	手話サークルなずな		2.4月	10:00~12:00	なし	600円/年	
4	ペン習字	寺谷和子	2.4月	10:00~12:00	1000円	100円	
5	健康づくりと料理	箱田 ゆう子	3月	10:00~12:30	500円	800円	
6	楽しいパン・お菓子	田丸典子	4月	10:00~12:00	500円	500円	
7	パンフルートと歌	今井 勉	4月	10:00~12:00	500円		
8	リラックスヨガ	金川 愛子	1.3月	13:00~15:00	1000円		
9	朗読トーク・トーク芥子山	遠藤 寛子	3.4月	13:00~15:00	500円/回		朗読・読み聞かせの学習会
10	うたのひろば	桧山 武雄	1.3月	13:30~15:30	1000円		
11	太極拳つばさの会A	大塚 洋子	1.3月	13:30~15:30	1000円		
12	M&A Entertainment Dance Japan (月)	富田敦夫・富田恵美	1.3月	17:30~19:30	600円		
13	けしの実文庫		2月	19:00~21:00	なし		絵本の読み聞かせ、選書等の情報交換
14	文学散歩会	上田 賢一	1火	10:00~12:00	200円	150円	名作・傑作集等を読む
15	茶道裏千家	松原 宗裕	1.3火	10:00~12:00	1000円	1600円	
16	表装 A	伍賀 卓佑	2.4火	10:00~12:00	1000円		
17	ほっとほっと		2.4火	10:00~12:00	なし		発達障害をテーマとする会
18	初心者パンづくり	小笠原清美	1火	10:00~13:00	500円	700円	
19	パンとお菓子	田丸典子	4火	10:00~12:00	500円	500円	
20	おしゃれ表装		1火	10:00~15:00	なし		
21	芥子山オカリナー・フィオーレ	藤澤 貴代美	2.4火	12:30~14:30	1000円	50円	
22	詩吟(関西吟詩)	原田 天照	1.3火	13:00~15:00	1000円		
23	表装 B	伍賀 卓佑	2.4火	13:00~15:00	1000円	実費	
24	パッチワークキルト	林 寿子	2.4火	13:00~15:00	1000円	1000円~	
25	太極拳つばさの会B	岸本ふさ・佐藤秀志	1.3火	13:30~15:30	1000円		
26	芥子山オカリナー・アリエッタ	藤澤 貴代美	2.4火	14:30~16:30	1000円		
27	M&A Entertainment Dance Japan (火)	富田敦夫・富田恵美	1.3火	17:30~19:30	600円		
28	さわやか3B体操	小川喜美子	2.4火	19:00~21:00	1000円		
29	旭東ウォーキング		2水	10:00~12:00	なし	運営費100円	館外実施 保険代1,200円/年
30	絵手紙 A	久保悦子	1木	10:00~12:00	500円	100円	
31	歌のパラダイス	松本 園	2木	10:00~12:00	500円	100円	
32	箏曲研究会	熱田みはる	1.3木	10:00~12:00	1000円		
33	着付け&マナー	植木久美	2.4木	10:00~12:00	1000円		
34	棒ビクス	藤原 全美	2.4木	10:00~12:00	1000円		木曾棒レンタル500円/年
★35	手芸いろいろ	アクアニット	2.4木	10:00~12:00	200円	300円	

☆講座の申込について☆ 受講希望のご本人様もしくはご家族様からの申込を受け付けております。

ご友人等からの申込は不可となりますのでご了承ください。

No	クラブ講座名	講師名	週・曜日	時 間	受講料(月)	平均材料費(月)	備 考
36	土 ひ ね り		1木	10:00～15:00	なし	実費	初回運営費2,000円
37	絵 手 紙 B	久 保 悦 子	1木	13:00～15:00	500円	100円	
38	ハ ワ イ ア ン ・ フ ラ	藤 原 恵 美 子	1.3木	13:00～15:00	1000円		
39	歌 笑 会		2.4木	13:00～15:00	なし	500円	高齢者カラオケ
40	手話サークル芥子山		2.4木	19:00～21:00	2000円/年		
41	かぎ針編みを楽しむ	アクアニット	3金	10:00～14:00	300円	200円	
42	琴伝流大正琴愛好会	本橋小千代	1.3金	10:00～12:00	1000円		
43	書 道	小野玲華	1.3金	10:00～12:00	1000円	300円	
44	着 付	国井佳子	2.4金	10:00～12:00	500円/回		
45	水 彩 画	大橋淳男	2.4金	13:00～15:00	1000円		
46	P C		2.4金	13:00～15:00	なし	1000円	ホームページ作り
47	ゆ め ゆ め		1.3土	10:00～12:00	なし		紙芝居勉強会
48	旭東ディスコン	川人久美	1.3土	10:00～12:00	600円		
49	花教室、ザ・イケバナとアレンジ	山田華京	2.4土	10:00～12:00	1000円	1000円～	
★50	親子で Enjoy English !	チャップマン ライアン	2.4土	10:00～12:00	1000円		
51	みんなの英会話	ダイアナミラー	1.3土	13:00～15:00	500円	100円	
52	ビ デ オ	南條節夫	4土	13:00～15:00	500円		
53	子どもおこと	瀬戸川歌夕貴	2.4土	13:30～15:30	1000円		子ども対象 初回1000円
54	大人のためのピアノ教室	小西喜久恵	2.4日	9:30～12:00	1000円		
55	小品盆栽		2日	10:00～12:00	なし		8月休み、5月、11月外部学習
56	パ ソ コ ン	金瀬恭輔	1.3日	10:00～12:00	1000円	50円	
57	サンデー手作りパン	田丸典子	4日	10:00～12:30	500円	700円	
58	そば道場		3日	13:30～15:30	なし	1000円	

## ロビー展示のお知らせ

◆絵手紙クラブ A・B ロビー展「年賀状」  
【展示期間】1月25日(木)～2月6日(火)

## クラブ講座活動記録 琴伝流大正琴 発表

12月19日、クラブ講座「琴伝流大正琴愛好会」の皆様が、依頼のあった「創心会リハビリ倶楽部益野」において、大正琴を披露しました。

通所されている方々は、大正琴の音色に聴き入りながら、なつかしい歌をいっしょに口ずさみ、大変喜ばれていました。



## 公民館での「食品トレイ回収」 廃止のお知らせ

岡山市では、令和6年3月1日(金)から「プラスチック資源(プラ資源)」の分別回収がスタートします。これに伴い、公民館での食品トレイ(発砲・透明)の回収は、2月29日で廃止となります。3月1日以降は、下記のとおり「プラ資源」として出してください。

【排出場所】可燃・不燃ごみステーション  
【排 出 日】プラスチック資源の日(週1回)  
【排出方法】透明又は半透明の袋に入れて排出

詳細は、広報誌「市民のひろばおかやま」、「ごみ減量・リサイクルガイド」(公民館に設置)⇒岡山市ホームページ等をご確認ください。



# ~人物探訪~ 'ルーエッセイ 第77回 '可知学区防災避難訓練'について

4年ぶりとなった防災避難訓練は、昨年11月26日(日)に23町内会及び連合町内会が自主防災組織の活動の一環として約250名の参加のもとで行いました。各町内会では各々の一時避難場所に集合し、集団で避難を行い、その際、避難経路に危険箇所はないか、点検しながらの行動としました。可知小学校に避難した後、岡山市の防災出前講座により、「ハザードマップの活用について」解説があり、当地は、大部分が海拔1~2m未満のかつては干拓農地であり、現在宅地化が進んでいるとのこと。昭和51年には、大雨により河川の逆流や縦横に走る農業用水路からの越流により一部家屋の浸水や交通障害が生じたこともありました。今回の説明により、避難所への避難だけではなく、身近な建物内での垂直避難も考え、日頃から隣近所との避難情報を共有することが大切であると改めて考えさせられました。

引き続き、岡山市消防署職員からは、被災現場における負傷者の救出について、負傷者の着衣、体幹を利用した搬出方法や、消防団員からは、AEDの使用方法、消火器による消火活動の実地の指導を受けることができました。

これら一連の講習終了後、岡山市から提供を受けた備蓄食糧のアルファ化米のおにぎりと豚汁の炊き出しを試食して防災避難訓練を終了しました。いつ起こるかわからない災害について「命を守る」一助となればと思っています。

可知学区連合防災会会長 那須 真



## 「岡山市基幹型認知症カフェ運営事業」 おかやまオレンジカフェ ひかり

主催：株式会社 ひかり薬局

- 【日 時】3月26日(火) 13:30~15:30
- 【内 容】『薬剤師のミニ講座』『折り紙作品作り』
- 【費 用】無料
- 【申 込】不要

## 早春の操山 花の香 うららか山歩き ~西山麓 寺社仏閣を巡りながら~

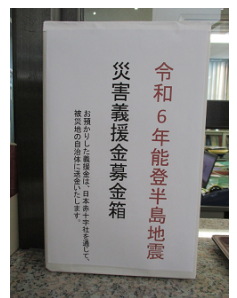
12月14日、5つの古墳を巡りながら、初冬の操山を歩きました。3月上旬にその第2弾の操山歩きを実施予定です。日にちはただ今調整中です。

## 令和6年能登半島地震災害義援金 受付について

令和6年1月1日に発生した令和6年能登半島地震で甚大な被害が生じています。この地震により被災された方を支援するため、公民館窓口に募金箱を設置しています。お預かりした義援金は、日本赤十字社を通じて、被災した自治体に送金いたします。皆様のご協力をお願いいたします。

【義援金受付期間】

令和6年12月27日(金)まで



## 公民館カレンダー

2月						
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		

11日建国記念の日、23日天皇誕生日

3月						
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
31						

20日春分の日、21日振替休館

## 職員交替のお知らせ

お世話になりました 杉本 果穂  
令和5年12月末で退職

よろしくお祈いします 兒嶋 篤  
令和6年1月より着任

休館日 …水曜日・国民の祝日・年末年始(12/28~1/4)・水曜日が祝日の場合、翌水曜日も休館  
\*日曜日が祝日と重なっても、その翌日の月曜日は休館になりません

