


**令和6年度
クラブ講座生大募集!!**

出会い 集い 学び合う 公民館で、
あなたも一緒に活躍しませんか。
詳細は裏面をご覧ください。
見学もできます♪

おもちゃをいただきました

株式会社光畑紙店より、使わなくなった乳幼児向けのおもちゃを公民館に寄付していただきました。ありがとうございました♪

「はじめの一步」で遊んでいます☆




食品トレイ回収ボックス撤去について

注意 区役所・公民館等での「食品トレイ(発泡・透明)」の回収は令和6年2月末で廃止

岡山市では、令和6年3月1日(金)から「プラスチック資源」の分別回収が始まります。
これに伴い、公民館での食品トレイ回収は2月末で終了し回収ボックスも撤去します。3月1日以降、プラ資源はお住まいの地域の町内等へ、週1回「プラ資源」の回収日に出してください。


サロン交流会を開催しました

令和6年1月30日(火)に御南中学校区サロン交流会を行いました。「災害時の食で私たちにできること」のテーマで講習とパッキングのポリ袋で炊くご飯、サバの味噌煮缶、カレー、かぼちゃ、お茶で戻した塩こんぶ切干大根などを調理し試食しながら情報交換をしました。




能登半島地震義援金箱の設置

令和6年能登半島地震の義援金箱を公民館窓口を設置しています。皆様からお預かりした義援金は、日本赤十字社を通じて被災地の自治体へ送らせていただきます。ご協力をお願いします。



「ひらたの市」案内

毎月第3木曜日11時15分～、ひらた旭川荘で「ひらたの市」が開催されます。1月は生憎の雨で体育館での開催でしたが、多くのお客さんで賑わっていました。野菜や小物の販売、季節のイベント等がありますのでぜひお越しください♪

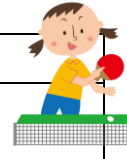


親子土曜塾 主催：バターライフ御南

【日 程】 全て土曜日 10時～12時ごろ

開催日	行 事
3月 9日	テニス体験 or 卓球体験 +クッキーづくり
3月23日	ありがとうパーティー

【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。



参加者の多くがパッキングは初めてでした。

【参加者の感想】


- ・楽しく交流がもててよかった、味もよく食べ易かった。
- ・自宅でも練習できそうだった。
- ・初めてだったけど思っていた以上に簡単だった。
- ・パッキングの材料、商品を色々紹介してほしい。
- ・色々な方と交流が出来てカレーも美味しかった。

など
実習以外にも子ども、お年寄りなど一人ひとりに合った食事、水ができるだけ使わない調理と食器などの洗い物を減らす工夫、食品のローリングストックなど災害に対する備えについて講習を受けました。

【休館日】 3月 6日(水)、13日(水)、20日(水・祝)、21日(木)、27日(水)
4月 3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)、29日(月・祝)


みなんにし

第191号 令和6年3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/000010986.html>



主催講座案内

赤ちゃんとスマイル はじめの一步

【日 時】 3月16日(土) 10:00～11:30 

【内 容】 子育ての情報交換、中学生とのふれあいなど

【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受付

【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。

共催：御南中学校区地域支え合い活動実行委員会
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】 3月19日(火) 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受付

わくわく文庫

【日 時】 3月11日(月)、
3月23日(土)「春のおはなし会」
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 **いずれも
申込不要**

みなんにし親子ひろば 


【日 時】 3月25日(月) 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。

**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】 3月5日、12日、19日
全て火曜日 13:00～15:00 

【対 象】 おおむね65歳以上

【申 込】 公民館窓口または電話にて


みなんにしディスコンの会

初心者や高齢者の方も気軽に楽しめるスポーツです。お気軽にご参加ください。

【日 時】 3月25日(月) 13:00～15:00

【定 員】 20人 【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

じょぼら会のパソコン教室 


パソコン相談室

【日 時】 3月2日、9日、16日、23日、30日
いずれも土曜日13:00～14:30

【内 容】 パソコン、スマホの初歩

【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。

御南西ふれあい元気教室 

【日 程】 3月26日(火) 10:00～12:00
「放置しないで!めまいについて」

【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

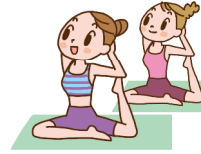
【申 込】 不要

【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木曜日)



令和6年度 御南西公民館クラブ講座案内

※クラブ・同好会によっては受講料と別に材料費等が必要です。



曜	クラブ名	曜日	時間	講師氏名	使用室名	受講料	定員
1	土ひねりの会	1月	18:00~20:00	江尻 照美	美術工芸室	500	10
2	御南西クッキング	3月	10:00~12:00	守安 昌子	料理講座室	300	20
3	美容ヨガ健康体操 A	1・3月	10:00~12:00	田頭 良知子	実技室	1,000	20
4	ハワイアン・フラ	1・3月	13:15~15:15	三上 智子	実技室	1,000	25
5	きもの着付教室(昼)	2・4月	10:00~12:00	亀田 かよ 目黒 小夜子	研修室・茶室	1,000	10

6	フラワーアレンジメント	3火	10:00~12:00	吉岡 一江	美術工芸室	500	15
7	大人も子どもも!日本舞踊 (正派若柳流)	1・3火	15:30~17:30	若柳 桃保	実技室	1,000	20
8	筋膜リリース	1・3火	19:00~20:30	保田 理恵	実技室	1,000	20
9	オカリナ・ラベンダー	2・4火	13:15~15:15	河井 由美子	美術工芸室	1,000	10
10	デンマーク手工芸 ダネラ	2・4火	13:15~15:15	池田 征幸子	研修室・茶室	1,000	20

11	実用書・かな書道	1・3木	10:00~12:00	浅沼 翫舟	第1講座室	1,000	30
12	華道(専敬流)	1・3木	10:00~12:00	吉田 三子	美術工芸室	1,000	15
13	岡山ラウンドダンス	1・3木	13:15~15:15	佐藤 英男	実技室	1,000	30
14	美容ヨガ健康体操 B	1・3木	19:00~21:00	田頭 良知子	実技室	1,000	20
15	手編みクラブ	2・4木	10:00~12:00	藤井 聡子	第2講座室	1,000	12
16	健康ヨガ	2・4木	10:00~12:00	宇野 緋呂子	実技室	1,000	30
17	華道(池坊)	2・4木	10:00~11:30	吉野 和江	美術工芸室	1,000	30
18	パソコンクラブ	2・4木	13:15~15:15	蓮室 光児	第2講座室	1,000	12
19	錬心館空手教室	2・4木	18:00~20:00	小倉 理花	実技室	1,000	30
20	きもの着付(夜)	2・4木	19:00~21:00	西本 由記子	研修室・茶室	1,000	10

21	手づくりパンクラブ	3金	10:00~12:00	中村 裕子	料理講座室	500	15
22	イス体操	1・3金	13:00~15:00	岸 幹子	実技室	1,000	20
23	ピアノで歌おう♪	2・4金	10:00~12:00	吉井 江里	実技室	1,000	30

24	男の料理教室	2土	10:00~12:00	守安 昌子	料理講座室	500	20
25	キッズパンクラブ	4土	10:00~12:00	中村 裕子	料理講座室	500	20
26	折紙・手芸・工作クラブ	4土	10:00~12:00	守安 昌子	美術工芸室	300	20
27	御南西写真クラブ	1・3土	18:30~20:30	笹尾 進	第1講座室	1,000	15
28	カラオケクラブ	1・3土	13:00~15:00	小橋 浩司	美術工芸室	1,000	10
29	菊水流詩舞	1・3土	18:30~20:30	岡崎 玉紹	実技室	1,000	15
30	楊名時健康太極拳	2・4土	13:00~15:00	松田 孝子	実技室	1,000	15
31	私の書	2・4土	19:00~21:00	国代 峰泉	第2講座室	1,000	25

同好会

32	囲碁同好会	1・3月	13:00~15:00		第2講座室		15
33	囲碁なかよし同好会	2・4月	13:00~15:00		第2講座室		15
34	卓球クラブ	1・3月	15:30~17:30		実技室		20
35	心を贈る絵手紙	2火	10:00~12:00		美術工芸室		15
36	水彩画	2・4木	19:00~21:00		美術工芸室		10
37	御南焼同好会	2・4土	13:00~15:00		美術工芸室		15

随時見学ができます。お気軽にお越しください。



岡山市立御南西公民館
岡山市北区田中157-110 (086)244-1855

