



第202号

発行日/令和6年6月1日

発行/岡山市立灘崎公民館

住所/岡山市南区片岡159-1

TEL・FAX / (086) 362-0408

第12回 灘崎文化まつり 参加募集!

「灘崎文化まつり」は、灘崎公民館のクラブ講座や地域で活動するグループ・個人が一堂に会し、舞台発表や展示を行うことで、相互の交流を図り、地域の文化の向上や地域づくりの進展、福祉の増進をめざし開催されます。参加を希望される皆様は、下記の内容をご確認のうえ、ご応募ください。

●開催日…令和6年11月17日(日)

●会場…岡山市灘崎文化センター、岡山市ウェルポートなださき 他

●参加費…協力金 ※第1回実行委員会で金額が決定します

【参考】前回は1人200円、ただし出店は利益の1割・上限2,000円

●募集部門…作品展示・舞台発表・出店・体験

ただし、灘崎文化まつりの主旨に合わない場合は、参加をお断りすることがあります。

●申込…「灘崎文化まつり参加申込書」は、灘崎公民館および川張分館・西紅陽台分館・彦崎分館に設置しています。必要事項をご記入のうえ、灘崎文化まつり実行委員会事務局(灘崎公民館窓口)までご提出ください。

●申込期間…6月1日(土)～6月28日(金)

灘崎文化まつりの運営方法について

○参加するクラブ講座・グループ・個人で、文化まつり実行委員会を結成します。

○文化まつり当日に向けて、複数回の会議を行います。必ず出席してください。

○文化まつりの準備・当日の運営について、クラブ講座・グループ・個人ごとに役割分担があります。

第1回灘崎文化まつり 実行委員会開催!

第1回実行委員会では、実施要項や今後のスケジュールなどを話し合う大事な会議です。

○日時 令和6年7月6日(土)
10:00～12:00

○場所 岡山市ウェルポートなださき
かしの木ホール

「主催講座」の申し込みに関して

◆申し込みは、先着順で受け付けます。

◆場所についての記載がない場合は、灘崎公民館で開催します。

◆換気のため、窓や扉を開けています。温度の調節がしやすい服装でお越しください。

◆水分補給のための飲み物をご持参ください。

※状況によっては、講座が延期や中止になることがあります。

「クラブ講座」の申し込みに関して

◆随時見学できます。公民館までお気軽にお問い合わせください。

灘崎公民館はクーリングシェルターに指定されています

岡山市では、危険な暑さから避難できる場所として、市内の施設をクーリングシェルターに指定しています。クーリングシェルターは、熱中症特別警戒アラート発表期間中、開館時間内に一般の皆さんに開放されます。灘崎公民館は、ロビーが指定されています。



【Eメールアドレス】nadasakikoumin@city.okayama.lg.jp

【フェイスブック】<https://www.facebook.com/nadasakikouminkan>

【ホームページ】<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010929.html>

こちらからもホームページにアクセスできます ⇒



共催：迫川コミュニティ協議会
受講料：無料

迫川塾

第1回 迫川地区で起こりうる 自然災害にどう備えるか ～南海トラフ巨大地震を中心に～

迫りくる災害から身を守るには？南海トラフ地震、集中豪雨・洪水・・・その時のために、何をどう行動すればよいか？皆さんと一緒に考えてみましょう。
とき 6月14日(金)13:30～15:30
講師 西村 敬一さん (元岡山理科大学教授)

第2回 お家の終活「空き家問題」を考える

～固定資産税が6倍に！どうなるどうする法改正～
 空き家を放置すると、周囲の住宅に迷惑をかけてしまう。老朽化のより売却や賃貸もできなくなる・・・。
 様々な問題をどう解決すればいいか一緒に考えてみませんか？
とき 7月18日(木)10:00～12:00
講師 鈴木 一成 さん
 (全国空き家アドバイザー協議会岡山支部事務局長)

第3回 腰痛の原因と予防について

腰痛で日常生活が制限されると体力や筋力が衰えさらに腰痛が起こりやすくなります。腰痛を予防するためにはどうしたらよいのでしょうか。
 正しい知識を知り、一緒に運動してみましょう。

とき 8月22日(木)10:00～11:30
講師 末広 忠延さん(川崎医療福祉大学講師)

第4回 知っておきたい

介護保険の知識と脳トレにチャレンジ

寝たきりや認知症などにより、介護を必要とする状態になったり、家事や身支度等、日常生活に支障が必要な状態になった時に、必要な介護保険について学びます。

とき 9月12日(木)10:00～11:30
講師 岡山市南区西地域包括支援センター灘崎分室 職員

会場 迫川コミュニティハウス(岡山市南区迫川1088)
定員 30人
持参物 筆記用具 水分補給用の飲み物
申込 受付中 灘崎公民館窓口・電話にてお申し込みください。



更年期を幸年期にするための 基礎知識

さんかくウィーク2024

人生100年時代、自分らしく生き抜くために、ライフステージに応じた心と体のケアを自分自身で行いましょう！

◆第1部◆
 講義「更年期を幸年期にするための基礎知識」

◆第2部◆
 ワーク「エッセンシャルオイルで心と体が喜ぶセルフケア」

●日時 **7/13(土)10:00～12:00**
 ●講師 **頼定 弥生さん**
 (NPO 法人輝くママ支援ネットワークぱらママ代表理事)
大江 理沙さん
 (街の保健室 LINK 代表 保健師)

●定員 **20人**
 ●受講料 **無料**
 ●参加費 **1,000円(材料代 当日集金)**
 ●持参物 **筆記用具**
 ●申込 **灘崎公民館にて受付中**
 (電話・Eメール可)



なださき大学 聴講生を募集します！

「詐欺、交通事故の現状と対策」
 ～灘崎、南区の現状より～

●日時 **6/17(月)10:30～12:00**
 ●講師 **岡山南警察署**
 生活安全課、交通第一課 職員

「知って役立つ相続・遺言・成年後見など」
 ～安心して老後を過ごすために～

●日時 **7/8(月)10:30～12:00**
 ●講師 **元法務省、法務局職員 OB による**
 一般社団法人晴ればれ岡山サポートテラス
 常務理事 **大河原 清人さん**

*** いずれの回も ***

○場所 **岡山市ウエルポートなださき**
 1階 かしの木ホール

○定員 **20人**
 ○受講料 **無料**
 ○申込 **灘崎公民館にて受付中**
 (電話・Eメール可)



灘崎シネマ倶楽部



※上映時間は変更になる場合があります

①日 時 6月15日(土)13:30~16:00

○場 所 彦崎老人憩の家(岡山市南区彦崎2907-29)

○上映作品 「ホーム・スイート・ホーム ~誰でも帰りたい家がある~」

(監督/栗山 富夫、出演/神山 繁 小林 稔侍 風吹 ジュン ほか)

②日 時 7月20日(土)13:30~16:00

【後援:迫川コミュニティ協議会】

○場 所 迫川コミュニティハウス(南区迫川 1088 番地)

○上映作品 「ローマの休日」

(監督/ウィリアム・ワイラー、出演/グレゴリー・ペック、オードリー・ヘップバーンほか)

①・②ともに...

○受講料 無料

○対象 どなたでも

○定員 40人(先着順。定員になり次第締切)

○持参物 水分補給用の飲み物

○申込 必要。①受付中。②は6/3(月)9:30より受付開始。

灘崎公民館まで電話またはEメール(上記二次元コード)、FAXでお申し込みください。

①



②



ひょうたん育て隊

グリーンカーテン作成中

5月17日(金)に、クラブ講座「ひょうたん組合」代表の橋 祥一郎さんと公民館のロビー東側のバルコニーに千成ひょうたんとゴーヤの苗を植えました。

青空の下、緑の苗が風にそよそよと揺れながら並んでいる姿がとても愛らしいです。

公民館にお越しの際は、是非ご覧ください。



【植え付けの様子】

なお、引き続き「ひょうたん育て隊」のボランティアスタッフも募集しています。ご協力くださる方は、公民館までご連絡ください。

パソコン教室



①「基礎から始める はじめてのエクセル
~罫線の引き方や表の作り方~」

日時...7月14日(日) 13:00~15:00

②「超入門ワード 基礎のキソ

~日本語入力から文章作成まで~」

日時...7月21日(日) 13:00~15:00

①・②ともに...

講師...灘崎公民館 IT 部会

受講料...無料

定員...各回 10人

持参物...パソコン、筆記用具、水分補給用の飲み物
※Windowsのみ対応。

パソコンを持参できない場合は、公民館までご相談ください。

申込...6/3(月)9:30 から灘崎公民館(窓口・電話)で受け付けます。

中高生登録制ボランティア「チーム灘」 始動!



5月19日(日)に岡山市ウェルポートなださきのかしの木ホールを会場に、第1回「『チーム灘』ミーティング」を開催しました。

令和6年度の「チーム灘」は、中学生が54人、高校生以上が16人、合計70人が登録してくれました。

ミーティングでは、今年度の方針や活動内容についてグループに分かれて話し合いました。

昨年度に引き続き、夏まつり、防災フェスティバル、灘崎文化まつりのブース活動、環境活動、ゲーム大会を企画運営することになりました。

各イベントは、内容が確定次第、「公民館だより」等で広報します。若者の活動を地域の皆様で見守っていきましょう。



【ミーティングの様子】

近隣施設 & 地域情報

※詳細につきましては、
各主催団体へお問い合わせ
ください。

2024年度 介護予防教室「できる！元気で長生き なたさき」

【お問い合わせ】岡山市ふれあい介護予防センター南事務所 ☎086-230-0315

- ◆ 日 時 6/28(金)10:00~12:00
- ◆ 内 容 「快眠で健康な毎日をも！ ~睡眠の質を高める方法~」
- ◆ 対 象 おおむね65歳以上の岡山市民
- ◆ 受講料 無料
- ◆ 場 所 岡山市ウェルポートなたさき 1階 かしの木ホール
- ◆ 持参物 筆記用具、水分補給ができるもの

岡山市立灘崎図書館

【お問い合わせ】☎086-362-5277

「おはなしのへや」

- ◆ 日 時 6/19(水)14:30~14:50 ◆ 内 容 えほん「にんじゃべんとう」
- ◆ 日 時 7/ 3(水)14:30~14:50 ◆ 内 容 えほん「ふるふるフルーツ」
- ◆ 場 所 岡山市立灘崎図書館 かみしばいコーナー ◆ 対 象 幼児から

「おはなしひろば」

- ◆ 日 時 6/22(土)10:30~11:15
- ◆ 内 容 なたさき文庫くるりんぱによる人形劇「せんたくかあちゃん」ほか
- ◆ 場 所 灘崎文化センター 小ホール ◆ 対 象 幼児から

岡山市ウェルポートなたさき

【お問い合わせ】岡山市ウェルポートなたさきイベント担当

☎(086)363-5001 FAX(086)363-5011 Eメール j_welp@mx.okayama-fureai.or.jp

マンスリーステージ 第12回「音のひろば」 申込不要

- ◆ 日 時 6月22日(土)13:00~16:00(予定) ◆ 定 員 50名
- ◆ 参加費 無料
- ◆ 会 場 岡山市ウェルポートなたさき1階 かしの木ホール
- ◆ 内 容
 - 13時から Ryoさん/たま姫 (曲目)戦争を知らない子供たち、花嫁、神田川 等
 - 14時から TENMASEN(てんません) (曲目)さくらさくら、ジャニーギター、よさこい節 等
 - 15時から トリス (曲目)アリスメドレー、なごり雪、秋止符、無縁坂 等
- ・内容詳細は館内掲示やホームページでお知らせします。

地域の自然保護活動に取り組む なたさきホテルの会

【お問い合わせ・お申し込み】なたさきホテルの会事務局 (尾藤 090-5379-0407)

6/30(日)「米作り事業①田植え」参加者募集！！

今年も緑米の米作りが始まります。もう6年を経たこの活動もすっかり地域に根付き、すでにこの日を待ち遠しく思われている方の声が届いています。

下記の要領で開催いたしますので、希望の方はご連絡ください。

- ◆ 日 時 6月30日(日)10:00~12:00
 - ◆ 場 所 奥迫川集会所集合 *駐車場は直前の広場へ案内します。
 - ◆ 参加費 一人150円(お子様も)
 - ◆ 内 容 田植え→会食(ラーメン) *準備はみんなで
 - ◆ 連絡先 090-5379-0407 尾藤
- なお、昨年参加された方には別途往復葉書でご連絡いたしました。