

東山公民館だより

第124号 2024.10.1 発行 岡山市立東山公民館
 住所 〒703-8282 岡山市中区平井四丁目13-33
 TEL&FAX (086) 276-6202
 eメールアドレス
 higashiyamakouminkan@city.okayama.lg.jp
 ホームページアドレス
 https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010852.htm

ご来館の皆様へのお願い 公民館のご利用に際して、次のこと
 にご理解とご協力をお願いします。

★靴を脱いで入館していただきますので、なるべく**上履き・靴袋持参**でご来館ください(スリッパも用意しています)。

★館内に飲物等の自動販売機や給水機はありません。飲物をご持参ください。



東山公民館
eメールアドレス



東山公民館
ホームページ



東山公民館
フェイスブック

第21回東山公民館文化祭



日時:10月19日(土) 9時30分~16時
 10月20日(日) 9時30分~16時

場所:岡山市立東山公民館

主催:東山公民館文化祭実行委員会

10月19日(土)の実技発表

☆会場:実技室

9:30~	箏・三弦を楽しむ会
10:00~	詩吟 岡山岳風会福寿支部
10:30~	社交ダンスクラブ
11:00~	あの歌・この歌・皆で楽しく!
11:25~	手づくりミュージカル「ドラネコ座」
11:45~	少林寺流空手道
12:10~	KIRARAZUKA
12:35~	はじめてのギター
13:05~	トーンチャイム
13:30~	詩吟を楽しむ会
14:00~	ピアノクラブ A・ピアノクラブ B
14:30~	楽しいダンス教室
15:00~	八重山うた 大哲会 岡山支部
15:30~	中高年から始めるらくらくピアノ 16時終了

☆会場:中庭

10:30~11:00 気功・太極拳

10月20日(日)の実技発表

☆会場:実技室

10:00~	ジャズボーカル入門
10:30~	POEMフォークダンスクラブ
11:00~	女声コーラス Amabile
11:20~	日本民謡クラブ 長谷井会
11:45~	はじめての太極拳
12:05~	Let's ピアノ
〈12:25~13:10 休憩〉	
13:10~	妹尾たか子着物学園
13:40~	ハワイアンフラ レインボー
14:00~	みんなで唄おう民謡クラブ
14:30~	バンダ・フィラルモニカ岡山
15:00~	e☆colors<第1部>
15:15~	スポーツチャンバラ
15:30~	e☆colors<第2部> 15時45分終了

※両日も、発表時間等が変更になる場合があります。

展示発表

☆講座室

ぱる・ヨガ/ナッツパソコンクラブ/絵手紙クラブ/折り紙クラブ
 【協賛展示】旭東保育園/平井保育園/平井幼稚園

☆ロビー

東山楽しい山野草講座/元気力 UP!!笑いヨガ&認知症予防
 【協賛展示】弘徳学園ひゅうまん

☆図書コーナー

実用ペン習字/【協賛展示】三幡鉄道研究会

☆美術工芸室

染め物クラブ(一部作品の販売もあります)、陶芸教室

☆中庭

【協賛展示】三幡鉄道研究会(こども神輿)

食べ物・コーヒーの販売(講座室)

☆第2講座室に入っすぐのところで販売します。飲食場所は講座室です。

日にち	販売団体名・販売時間・販売品
10/19(土)	■からだコンディショニング 11:00~12:30 ★カレー (売切れ次第終了) (1食400円)
10/20(日)	■平井学区栄養改善協議会 11:00~12:00 ★うどん (売切れ次第終了) (1食400円)
10/19(土)20(日)	★ホットコーヒー (1杯100円)

【ご来館のみなさまへ】◆文化祭の両日は、なるべく公共交通機関・自転車・徒歩でお越しください。

◆10月17日(木)午後~21日(月)午前中まで通常業務(講座・館内利用・図書・印刷・コピー)は休止いたします。

主催講座のご案内

★申込みが必要な主催講座は、必ず事前に申し込んで下さい。申込みせず来られた場合、ご参加をお断りすることがあります。また、FAX、eメールでの申込みは、館からの受付完了通知がない限り無効です。

ひまわりサポーターズクラブ ～子どもたちの笑顔があふれる地域へ～

発達障がいに関する情報交換や勉強会をしています。興味関心のある方ならどなたでもどうぞ。日ごろの困りごと・悩み・疑問などを、同じような悩みをもつ様々な年代の人と語り合っ、心のモヤモヤを軽くしましょう。

定例会 原則毎月第4木曜日 10時～12時
10月24日(木)、11月28日(木)、12月26日(木)
参加費 100円(飲物・菓子代/初参加の方は無料)
定例会は申込み不要ですが、初めて参加される方は、日程確認のためご連絡ください。

*夜のひまサポ

11月16日(土)※18時～20時(夜です)
「黒田みきこ先生を囲んで茶話会
～思春期の子どもと親のかかわりについて、
いっしょにお話ししましょう～」
〈講師〉黒田 みきこ さん
(にじいろスクエア・せとうち)
〈参加費〉100円(大人のみ)
〈定員〉大人 20人(子ども同伴可・託児はありません)
〈申込み〉東山公民館に直接または電話・Fax・
eメールで11月15日(金)17時までに
(Fax・eメールでの申込みは公民館からの
受付完了通知がない限り無効です。)



♥こんなこともやっています！(詳しい内容・申込方法などは、そのつど公民館だよりやチラシでご案内します。)

☆季節ごとに子どもを交えた交流イベント

調理や工作を通じ、成功体験や保護者の気づきを！

☆交流ランチ会 お店？それとも、公民館でお弁当？

*パソコン講座【主催】ITボランティア東山

パソコン教室

ワード 「Wordでイラストを描いて年賀状作成」

〈日 時〉11月4日・11日・18日(全3回)

いずれも月曜日 10時～12時

〈申込み〉必要【10月7日(月)9時半～受付開始】

〈定 員〉10人(申込み先着順)

〈持ち物〉参加費900円、筆記用具、
パソコン(貸出あり)



ワード 「Word基礎講座 第2章」

写真や案内図が入ったカラフルなPOPを作成します。

〈日 時〉12月2日・9日・16日(全3回)

いずれも月曜日 10時～12時

〈申込み〉必要【11月4日(月)9時半～受付開始】

〈定 員〉10人(申込み先着順)

〈持ち物〉参加費900円、テキスト代528円
筆記用具、パソコン(貸出あり)

※テキストは、「世界一やさしいWord2021」を使用します。9月の「Word基礎講座 第1章」を受講された方は、同じテキストを使用します。

パソコン塾〈10・11月〉

初心者歓迎！あなたの「パソコンでこんなことがしたい！」を応援します。私たちITボランティアと一緒に勉強しませんか。

〈日 時〉10月21日

11月11日・18日・25日

※10月28日はエアコン工事のため、中止とさせていただきます。

いずれも月曜日 13時～15時

〈参加費〉1回300円 〈申込み〉必要

リユースコーナー次回予告【期間限定】

年間3回程度、期間限定でロビーにリユースコーナーを開設します。前回(7月～8月)は80人の方から持込があり、リユース品のほとんどが他の方に引き取られていきました。大切にお使いいただくと、公民館としてうれしい限りです。

次回は12月中旬開始～1月中旬終了の予定です。電気製品など持込不可のものもあります。詳細は次号でご案内します。



東山ふれあい大学

☆概ね60歳以上の方を対象に開催しています。

【第7回】三幡鉄道の歴史

〈日 時〉 11月12日(火)

13時30分～15時30分

〈場 所〉 東山公民館 第1・2講座室

〈講 師〉 三幡鉄道研究会

会長 内田 武宏 さん

〈定 員〉 40人(申込み先着順)

〈参加費〉 無料

〈申込み〉 受付中

東山公民館に直接、又は電話で



【第8回】めざそう快便快腸生活

〈日 時〉 12月10日(火)

13時30分～15時30分

〈場 所〉 東山公民館 第1・2講座室

〈講 師〉 (株)岡山ヤクルト販売

〈定 員〉 40人(申込み先着順)

〈参加費〉 無料

〈申込み〉 11月12日から受付開始

東山公民館に直接、又は電話で



東山なないろシアター

「グレン・ミラー物語」

1953年 米 白黒 115分

監督:アンソニー・マン 出演:ジェームズ・スチュアート、
ジューン・アリソン、ハリー・モーガン 他

スウィング・ジャズの創始であるグレン・ミラー。彼と妻のヘレンとのラブロマンスを交え、作曲家として名声を博しながらも突然の飛行機事故で亡くなるまでを描いていく。

〈日 時〉 11月26日(火)10時～12時

〈定 員〉 40人(申込み先着順) 〈参加費〉 無料

〈申込み〉 東山公民館に直接、または電話で

東山にこここ親子ひろば

年度当初に年間計画で 12月10日(火)の講座実施をチラシでお知らせしていましたが、エアコン工事の関係で 12月講座を中止にします。申し訳ございません。次回は、3月11日(火)の予定です。

毎月介護
予防教室

【共催】岡山市ふれあい介護予防センター

東山いきいき教室

健康づくりと介護予防のための軽い運動と講話を、医療・福祉の専門職がお伝えします。地域の仲間と交流しながら、一緒に身体づくり・健康づくりを始めましょう！〈事前申込不要〉

第7回 10月11日(金)10時～12時

「タイプ別 便秘解消でお腹から元気に」

第8回 11月8日(金)10時～12時

「誤嚥性肺炎予防の新習慣『長生きうがい』」

〈対 象〉 概ね 65 歳以上 〈参加費〉 無料

〈当日の持ち物〉 飲物、筆記用具、上履きと靴袋(なるべく)

* 毎回軽い運動を行いますので、動きやすい服装でおいでください。

* 内容についてのお問合せは、岡山市ふれあい介護予防センターまで
(電話274-5211/8時半～17時、土・日・祝日を除く)



令和7年度に開設を希望するクラブ講座の開設申請について(新規・継続両方)

令和7年度クラブ講座開設申請に関する説明会

- ①11/8(金) 15:30～17:30
 - ②11/9(土) 10:00～12:00
- 同じ内容で 2回開催します

* 新規クラブ講座開設希望者および現在活動中で継続を希望するクラブ講座の代表者は、必ずどちらかの回に出席してください。申請書類をお渡します。

令和7年度クラブ講座開設申請受付期間(第一次)

11/8(金)～12/8(日)16時まで(厳守)

- ※開設の可否は1月末～2月初旬にお伝えします。
- ※第一次締切以降は、部屋や時間帯の条件が狭まります。

令和7年度開設クラブ講座代表者会(新年度の運営説明会)

予定日:3/15(土) 午後

クラブ講座開設の原則(抜粋)

※詳細は公民館へお問い合わせください。

- ① クラブ講座生は10人以上
- ② 1か月の実施回数は2回以内、1回の学習時間は2時間以内
- ③ 受講料は、1人1回(2時間)500円以内

◆開館時間 平日&土曜日 9時30分～21時 日曜日 9時30分～17時

◆休館日 水曜日・祝日・年末年始(水曜日が祝日の場合はその翌日も休館日となります。)

※暴風警報・暴風雪または大雪警報・大雨等特別警報の発令時は業務停止になります。

エアコン改修工事に伴う 部屋の利用制限について

文化祭終了後より、本館では、エアコンの改修工事が行われます。**実技室以外の全ての部屋や場所(図書コーナー、ロビー、印刷室、会議室なども含む)**が工事の対象となるため、館内の利用が制限されます。

皆様にはたいへんなご不便をおかけいたしますが、どうぞご協力くださいますようお願いいたします。

現時点での予定は次のとおりです。

- 10月22日(火)～31日(木)の期間
全館の古いエアコンの撤去工事
 - ・実技室:通常使用可
 - ・研修室(和室):終日**使用不可**
 - ・それ以外の部屋や場所:**日中の使用不可**、夜間(18時～21時)のみ使用可(ただしエアコン使用不可)
☆図書コーナー、ロビー、印刷室、会議室も日中の使用不可、夜のみ使用可ですがエアコンは使えません!
- 11月1日(金)～30日(土)の期間
各部屋・場所ごとの新エアコン設置工事
 - ・実技室、第1講座室、第2講座室:通常使用可
 - ・研修室(和室):終日**使用不可**
 - ・それ以外の部屋・場所は、工事日の日中(9時半～17時半)は使用不可。また、部屋・場所を使用できる時でもエアコンは使用不可。

各部屋・場所ごとの工事日(予定)	
ロビー:	11/1(金)～11/4(月)
料理講座室:	11/4(月)～11/5(火)
図書コーナー:	11/7(木)
美術工芸室:	11/8(金)～11/12(火)

- 12月1日(日)～27日(金)の期間
 - ・実技室、第1講座室、第2講座室:通常使用可
 - ・それ以外の部屋・場所:使用可だが、エアコンは完了検査が終了するまで使用不可。

今後、工事の進み具合により、予定の変更が考えられます。その際には、ご理解いただきご協力よろしくお願いたします。



10月・11月の公民館休館日(水曜日、祝日)

10月の休館日 2日、9日、14日(祝)、16日、23日、30日

11月の休館日 3日(祝)、6日、13日、20日、23日(祝)、27日

※**暴風警報・大雪警報・特別警報(大雨)**の発令時は、**業務停止になります。**

【主催】平井学区地域づくり会議

オレンジカフェひらい



「あのころ、そのとき、どんな話しをしてたかなあ？」
そんな会話が脳をしゃっきり、目をキラキラさせる
そうです。一度オレンジカフェひらいをのぞいてみませんか！どなたでも参加できる、認知症予防を目的としたカフェです♪♪ おいしい**ホットコーヒー**をいただきながら、みんなで楽しく過ごしましょう。

お気軽にご参加ください。

10月 落語を楽しみましょう

福祉施設で活躍中のボランティアのアマチュア落語家二人、今年もまたオレンジカフェの舞台に立っていただけます。ゆったり気楽に、地域の笑いあいの場になればと思っています。

〈日時〉 **10月12日(土)11～12時**

〈講師〉 アマチュア落語家のお二人



11月 ～旭東病院の健康講座～

「肩・腰・膝の病気の理解と予防」

今年は特に高齢者にとって身近な症状「肩・腰・膝の病気」について学びます。病気の症状・検査・治療について、また病気にならないための予防や発病した時の対応について、教えていただきます。

〈日時〉 **11月16日(土)11時～12時**

〈講師〉 旭東病院の先生方

いつもお世話になっている地元の旭東病院からリハビリテーション課の理学療法士さん 地域医療サポート室の室長さんにお越しいたします。

※10月、11月どちらも共通

〈場所〉 東山公民館 第1・第2講座室

〈参加費〉 当日集金 100円(飲み物代)

〈申込み〉 東山公民館に直接、または電話で



旭東学区防災フェスタ実行委員会からのお知らせ

2024旭東学区 防災フェスタ～楽しく防災を学ぼう

とき 2024年11月9日(土)午前10時～12時

開会式 10時 ※10時までに受付を終了してください

ところ 岡山市立旭東小学校(運動場と体育館)

定員 100名(申込先着順)

対象 旭東学区児童・園児・未就学児とその保護者、その他

申込 東山公民館に直接または電話で(担当:藤井)

☆次回の東山公民館だよりは、12月1日発行予定です☆

★東山公民館メールアドレス higashiyamakouminkan@city.okayama.lg.jp