

# 津高公民館だより

第193号 発行日: 令和6年11月  
 発行: 岡山市立津高公民館  
 〒701-1144 岡山市北区栢谷 1677  
 Tel・Fax 086-294-4222  
 tsudakakouminkan@city.okayama.lg.jp  
<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011371.html>

## 11・12月主催講座案内



### 令和6年度「津高防災キャンプ」

#### 『親子で♪体験♪学ぼうさい』

地元の中学生や大学生のお兄ちゃんお姉ちゃんたちや、地域の皆さんと楽しく「防災」について学ぼう！

【日 時】12月14日(土) 9:00～13:00

【内 容】★もくもくハウスで危機一髪

★水消火器で射的ゲーム

★心肺蘇生法

★大地震の揺れを体験しよう！

(地震体験車)

★防災グッズ作り

★アルファ米非常食体験 など

【対 象】小学生以下の親子30組程度

【参加費】無料

【持ち物】屋内シューズ、タオル、飲み物

【申 込】事前の申し込みが必要です。

11月2日(土) 9:30～先着順

下記の二次元コードまたは津高公民館  
 窓口、電話で受付します。



### 「津高防災キャンプ」

#### 地域スタッフ募集！！

「津高防災キャンプ」は、参加者が自ら主体的に体験していく参加型のプログラムです。地域のスタッフは、それぞれ各ブースに分かれて、参加者の活動をサポートする役割です。津高地区にお住まいの皆さん、研修会、防災キャンプで学んだことは必ず地域の未来に役立つはず。積極的な参加をお待ちしています。

12月7日(土)

#### 「防災スタッフ研修会」

13:00～ オリエンテーション

14:00～ 体験・実習

16:00頃 解散

持ち物：屋内シューズ・筆記用具・飲み物



12月14日(土) **雨天決行**

#### 「津高防災キャンプ」

8:30 集合

9:00～13:00 津高防災キャンプ

13:30～ 片づけ

持ち物：飲み物・屋内シューズ

スタッフは両日の参加をお願いします。

会場は津高公民館です。動きやすい服装で参加してください。



令和5年度の様子



令和6年度津高文化祭の詳細を4面に記載していますので、ご覧ください。皆さんのご来館をお待ちしております。

## トモスカイ津高

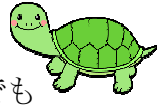
発達障がいについての知識や理解を深める会です。

【日 時】11月12日(火)、12月10日(火)  
10:00～12:00

【内 容】座談会

【受講料】無料 【対 象】どなたでも

【申 込】不要 【定 員】各回10名程度



## ゆるりふらっと介護カフェ

介護予防、認知症予防、認知症の理解などをテーマにお互いに話をしたり、専門職に相談したりできます。楽しいイベントや軽い体操もおこないます。

【日 時】11月21日(木) 14:00～16:00

【内 容】あんしん介護保険ミニ講座②  
～在宅介護や施設にかかる費用編～

【日 時】12月21日(土) 14:00～16:00

【内 容】年忘れ 歌って笑って 音楽会♪

【対 象】どなたでも 【定 員】各回20名程度

【参加費】100円(ドリンク付)

【申 込】必要

## 津高シネマ

【日 時】11月26日(火) 13:30～15:40

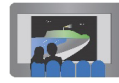
【内 容】「ヴェニスの商人」157分

ヴェニスの商人アントーニオは、親友バッサーニオからベルモントへの旅費の工面を頼まれる。バッサーニオはそこで資産家の令嬢ポーシャに求婚しようというのだ。全財産が航海中の船上にあったアントーニオは、ユダヤ人の高利貸しシャイロックから金を借りる。しかし支払期限までに船は到着せず、シャイロックは、抵当となっていたアントーニオの肉1ポンドを要求する。

【受講料】無料 【対 象】どなたでも

【申 込】不要 【定 員】20名程度

【備 考】飲み物は各自でご用意ください。



## 令和7年度クラブ講座開設申請受付中!

提出期限:11月30日(土)

公民館の「クラブ講座」は、参加者が自主的に企画・運営しながら個人の趣味・教養を高め、地域文化の振興をめざして活動するものです。来年4月より、現在のクラブを継続、あるいは来年4月より新設したいというクラブは、申請書等を受付期間内に提出してください。申請書は公民館事務室にあります。クラブ講座開設についてのお問い合わせは津高公民館にお願いいたします。

## 津高ふれあい元気教室

【日 時】11月19日(火) 14:00～16:00

【内 容】「股関節が要!  
自分の足で歩き続けるために」

【日 時】12月17日(火) 14:00～16:00

【内 容】「これでバッチリ!  
ストレス・不眠を和らげる食事」

【受講料】無料

【対 象】おおむね65歳以上の方

【定 員】30名程度

【持ち物】筆記用具、上履き、タオル、飲み物

【申 込】不要



共催:横井わんぱくクラブ、北区北保健センター

協力:香和中学校区愛育委員会

## 子育て講座 <クリスマスリース作り>

ドライの木の実をつかって、おしゃれなクリスマスリースをつくりませんか。玄関やリビングに飾って、クリスマスムードを盛り上げよう♪

【日 時】11月26日(火) 10:20～11:20

【講 師】佐藤 真理さん

【対 象】未就園児とその保護者

【定 員】親子15組程度

【材料代】1,300円

【持ち物】はさみ、持ち帰り用の袋

【申 込】11月1日(金)9:30～津高公民館窓口  
で材料代を添えてお申し込みください。

※津高学区愛育委員会の協力で、お子様の託児を行います。



## 天体観望会 in 津高

第4回は太陽系最大の惑星、木星と西に沈む土星、そして宵の明星として輝く金星を見てみましょう。

また、秋の夜空はアンドロメダ姫とペルセウスの物語に出てくる星座がたくさん見えます。天気が良ければ、それらの星座を案内していきたいと思います。

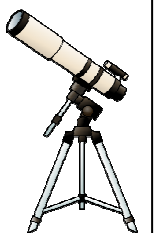
【日 時】11月30日(土) 18:00～19:30

【対 象】小学生以上先着30名

【開催場所】津高公民館隣の駐車場

【申 込】津高公民館窓口または電話にて

※夜は冷えますので、温度調節できる服装でお越しください。



【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。 ☎086-294-4222

<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)