

東山公民館だより

第125号 2024.12.1 **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。

★申込みが必要な主催講座は、必ず事前に申し込んでください。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。

★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。**飲物はご持参ください。



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

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。
 参加費無料です。

【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

〈講師〉(株)岡山ヤクルト販売

〈定員〉40人(申込み先着順)

〈申込み〉受付中

東山公民館に直接、又は電話で



【第9回】新春コンサート

アコーディオンと共に
 心に残る音楽を

〈日時〉1月21日(火) 13時30分~15時30分

〈講師〉岡山アコーディオンクラブ

会長 檜山 武雄 さん

〈定員〉40人(申込み先着順)

〈申込み〉12月10日(火)から受付開始

東山公民館に直接、又は電話で



第21回東山公民館文化祭を開催しました

10月19日(土)・20日(日)

☆たくさんの皆様にご来場いただき、ありがとうございました。

また、この日のために何か月もかけて準備して来られた文化祭実行委員・役員の皆様方、そして学習を重ねて来られたクラブ講座生・講師・関係者の皆様方にも、お礼申し上げます。



ざわつく! 冬の音楽&おはなし会 ~あけましておめでとうコンサート~

〈日時〉1月18日(土)10時30分~12時
 *会場には10時から入れます

客席にじっと座って聞いているだけじゃつまらない!? ゴロゴロ寝転がったり、リズムをとったり、踊ったり、はたまた一緒に楽器を鳴らしたり、そんな楽しみ方をしていいコンサートです。

演奏中に思わず動きまわったり、楽しさのあまりガタガタと机を鳴らしたり、感極まって声を「わーっ!」とあげたりする人がいてもOK! 小さい子や赤ちゃんがぐずりだしても全然へっちゃら(あやしてあげてもいいね♥) お互いにリラックスしてお話と音楽を楽しむ時間を過ごしましょう。

〈出演〉音楽と朗読の会 金星音読団
 (岡山市ESDプロジェクト参加団体)

〈演目〉☆朗読劇と絵本

☆冬の音楽を楽しもう!

☆廃材楽器をさわってみよう!

*詳細は、12月に館内のチラシ等でお知らせします。

〈当日の持ち物〉飲物、上履きと靴袋(なるべく)

〈定員〉子ども~大人 50人(申込み先着順)

〈申込み〉東山公民館に直接または電話・eメール・Faxで(eメール・Faxは受付完了通知がない限り無効です)



◆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・大雪警報・特別警報の発表時は業務停止になります。**

東山ESDクラブ



いつまでも元気に歩くために

～足・腰・ひざの健康を考える～

☆足・腰・ひざのトラブルと、予防対策や治療の種類などについて学びながら、健康で元気な日々を過ごすためにどう役立てていけるか考えましょう。(参加無料)

〈日時〉12月14日(土)10時～12時

〈講師〉辻 尚志さん(日本赤十字社 岡山赤十字病院院長)

〈対象と定員〉子どもから大人まで 30人

〈申込み〉東山公民館に直接または電話・eメール・Faxで(eメール・Faxは受付完了通知がない限り無効です)

*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

1月「Word基礎講座 第3章」

★表付きの案内状を作成しましょう。

〈日時〉1月27日・2月3日・2月10日(全3回)
いずれも月曜日 10時～12時

〈申込み〉必要【12月23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Word」を使用
「Word基礎講座 第1章・第2章」を受講された方は、同じテキストを使用します。

2月「パワーポイント基礎講座

～いろいろ使えるパワーポイント～

〈日時〉2月24日・3月3日・10日・17日・24日
(全5回)いずれも月曜日 10時～12時

〈申込み〉必要【1月20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1500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Word」を使用

パソコン塾 (12月・1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〉12月9日・16日・1月20日・27日
いずれも月曜日 13時～15時

〈参加費〉1回300円 〈申込み〉必要



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



〈定例会〉原則毎月第4木曜日 10時～12時

12月…26日(交流イベント開催予定・要申込)

1月…23日 2月…27日 3月…27日

参加費 100円(飲物・菓子代/初参加の方は無料)

☆定例会は原則申込み不要(初めて参加される方は、日程確認のためご連絡ください)。

♥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?

☆夜のひまサポ 日中にお仕事をしている方も参加できる夜の会(11月に開催しました)。

東山なないろシアター

「唐人街探偵 NEW YORK MISSION」

2018年 中国 カラー 121分

監督 陳思誠 出演 王宝強、リウ・ハオラン、肖央、妻夫木聡 他

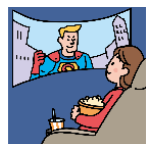
中国の警察学校に通うチン・フォンが、叔父タンに騙されてニューヨークに渡る。タンの真の目的は、チンと唐人街マフィアの孫が惨殺されて猟奇的殺人事件の犯人捜しをすることだった。そして彼らは世界中から探偵が集結する中、500ドルの賞金を得るべく事件解決に挑んでいく。

〈日時〉1月28日(火)10時～12時

〈定員〉30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



リユースコーナー開設【期間限定】

「自分ではもう使わないけれど、他の人に気持ちよく使ってもらえそう」、そんなきれいな不用品を持ち寄って、必要とする人に有効に使っていただきましょう。



【リユースコーナー開設期間】

12月7日(土)9時30分～1月17日(金)16時

■ リユース品の持込期間は、開設初日の 9 時 30 分から終了前日の1月16日(土)16 時までです。必ず事務室に声をかけて手続きをしてください。

■ リユース品の持帰りは自由です。なお、開設直後は持帰れるものがあまりありません。

■ 終了後、残った物は持込した方がお引取りください(公民館から対象者にご連絡さしあげます)。

*引取りに来ない方がいた場合、この事業を継続できなくなります。

■ 次のものは持込不可です：*使用済の下着、*電気製品(発火の恐れがあるため)、*食品、*飲料、*医薬品、*サプリメント、*化粧品、*危険な物、*汚い物、*壊れている物、*不衛生な物、など。

■ 持込みの際に使われた袋、箱、ハンガーなどはお持ち帰りください。 ※ その他、不明な点は公民館まで。

【持込みの手順】

① 事務室窓口で持込登録票に記入して、受付番号と白丸シールをもらう。

※以前のリユースコーナーに持込んだことがある人も、改めて今期の登録票に記入してください。

② シールに自分の受付番号を書いて、すべての持込品に1枚ずつ貼る。

③ シールを貼った持込品を所定の場所に並べる。 ※期間中に追加持込み可能です。

【共催】平井つくしんぼの会

みんなでしゃべれ場 クリスマスコンサート ～ギターと歌でハッピークリスマス♪～

ギターの演奏とともに、楽しいひとときを過ごしましょう♪【参加費無料】

〈日程〉12月21日(土)10時～12時

〈出演〉高原健裕さん(平井小学校長)と仲間たち

〈対象・定員〉子どもから大人まで

30人(申込み先着順)

〈当日の持ち物〉上履き、飲み物

〈申込み〉12月6日(金)9時半～19日(木)17時まで
に東山公民館に直接、又は電話で



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9回 12月13日(金)10時～12時

「体力アップ！筋力アップ！みんなで体を動かそう」

第10回 1月10日(金)10時～12時

「物忘れが気になる方の認知症予防講座」

〈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、動きやすい服装をお願いしてください。

*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)



みんなのカフェ

おいしいコーヒー・紅茶をいただきながら、楽しい手仕事タイムをgoいっしょに過ごしましょう。

12月 クリスマスに飾るのにぴったりな ユーカリのリースをつくろう！

〈日時〉12月20日(金)13時～15時

〈当日の持ち物〉材料代300円

(飲み物代100円を含む)、は

さみ、グルーガン(あれば)、

上履きと靴袋(あれば)

〈定員〉8人(申込み先着順)

〈申込み〉12月13日(金)17時

までに、東山公民館に直接または電話、

eメール、FAXで(eメール、FAXは公

民館からの受付完了通知がない限り無効です)。



◆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・大雪警報・特別警報の発表時は業務停止になります。

改修工事に伴う エアコンの利用制限について

10月後半から11月末までの館全体のエアコン改修工事に伴ない、長期間に渡り通常利用できませんでした。期間中の皆様方のご理解・ご協力に感謝いたします。



12月以降、実技室、第1講座室、第2講座室は通常使用可となりますが、**研修室(和室)・茶室・料理講座室・美術工芸室・ロビーは完了検査が終了するまでエアコンを使用できません(完了検査の日時は未定)**。ご来館の際は、いつもよりあたたかくしてお越しください。

引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

令和7年度東山公民館 クラブ講座 開設申請の第1次締切は 12/14(土) 20時です

令和7年度に開設(新規・継続どちらも)を希望するクラブ講座は、締切までに申請書類をご提出ください。なお、新規開設希望で11月の「クラブ講座申請説明会」に出席されていない方は、事前に説明を受けに東山公民館までおいでください(要予約)。

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 回数は月2回以内、時間は1回2時間以内
- ③ 受講料は、1人1回(2時間)500円以内

12月・1月の 公民館休館日(水曜日、祝日、年末年始)

12月の休館日 4日、11日、18日、25日

年末年始の休館日 12月28日(土)~1月4日(土)

1月の休館日 8日、13日(祝)、15日、22日、29日

※**暴風警報・大雪警報・特別警報の発表時は、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。「難しい講義ばかり聞いても…」というあなた!一度オレンジカフェひらいをのぞいてみませんか!認知症予防を目的としたカフェです。美味しいコーヒーを飲みながら地域の思い出話、自分しか知らない地域の自慢話を聞かせてください。

12月 リリーさんの身近な防災学習とEMIミニコンサート

※平井地域づくり会議と市民共同企画総務課の共催事業
(令和6年度地域応援人づくり講座)

平成30年7月豪雨での災害ボランティアの今となっては貴重な体験談や、準備しておきたい非常食のわかりやすいお話しを伺った後、心和むコンサートでお楽しみください。

〈日 時〉12月21日(土)11時~12時

〈講 師〉リリーさん(防災士・EWI 奏者)

〈定 員〉40人

〈参加費〉100円(飲み物代)

〈申込み〉東山公民館に直接または電話で

〈申込先〉東山学区地域担当職員 藤井

(東山公民館内/電話276-6202)



1月 オレンジカフェはお休みです



町でもおうちでも… 感染症に厳重注意を!!

年末年始の休館に伴う 資源化物の拠点回収中止について

☆年末の最終回収…12月26日(木)午後5時まで
業者による最終回収後、回収箱を撤去します。それ以降の持込みは厳禁です(不法投棄となります)。

☆年明けの回収再開…1月6日(月)午前10時から

通常の回収日時 公民館開館日の午前9時~午後5時

回収物 空き缶、スプレー缶、ガラスびん、蛍光管

*これ以外のものは厳禁です(不法投棄となります)。また、事業者は利用できません。

*資源化物拠点回収についてのお問合せは、岡山市環境事業課まで(代表 803-1000)。

☆次回の東山公民館だよりは、2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



←東山公民館
へのメール
はこちらから