

出石・鹿田・大元地区の皆さん、こんにちは。  
大元公民館です。

二月に入りました。二月といえば立春、とはいえ、まだまだ寒い日が続いています。みなさま、元気にお過ごしでしょうか。

暖かい春の訪れを待ちながら、体調に気を付けていきましょう。

いろいろな楽しく学べる講座を用意していますので、公民館へもぜひお立ち寄りください。(職員一同)

## 地域の防災について一緒に考えましょう

大切な家族や地域を守るため、防災の知識と対策を学びませんか？公民館にはいろいろな防災講座がありますので、ぜひ受講してください！

出石・鹿田・大元

### ISO 防災ワークショップ

～地域の防災ネットワークづくり～

日時 3月29日(土) 10:00～12:00

内容 「地域防災に活かすやさしい日本語」

「やさしい日本語」とは、普段使われている言葉を日本語に不慣れな人にも分かるように配慮した日本語のことです。

「やさしい日本語」は外国人への情報伝達を目的に考案されましたが、小さな子どもや高齢者、障害を持った方などにも有効な情報伝達手段だと考えられています。

「やさしい日本語」を学び、地域の防災力向上をめざしましょう！

講師 なかとう 中東 靖恵さん  
(岡山大学学術研究院社会文化科学学域准教授)

対象 どなたでも

費用 無料

定員 20人(申込順)

申込 窓口、電話、FAX、メールで



### 三学区学びあいの会

日時 2月25日(火) 10:00～12:00

内容 「能登の災害から、地域の災害対策を考えよう」

能登半島地震以来、復興支援に尽力されている石原さんから現地の状況をお聞きし、地域での災害対策について考えます。

講師 石原 靖大さん(災害復興支援団体のりんじャパン)

対象 桑田中学校区にお住まいの方

費用 無料

定員 30人(申込順)

申込 必要

地域応援人づくり講座 マンションだって被災する!?

### まんぼう夜カフェ

日時 2月14日(金) 18:30～20:30

内容 YORU 夜カフェで仲間づくり

災害時には近隣の助け合いが重要。マンション内や地域住民とのコミュニティをどう形成していくか、語り合います。

対象 マンション居住者、マンション管理組合の役員、戸建てにお住まいの方も可

費用 無料

定員 15人程度(申込順)

申込 窓口、電話、FAX、メールで

## 新たに開設されたクラブ講座

令和6年度新設クラブ \*R7年1月開講

### 「Speak English②」

実施曜日・時間 毎月第2・4木曜日  
13時30分～15時30分

概要 ネイティブ講師による日常会話の習得とレベルアップをめざします。

日常会話を中心に学び、さらに英語で自分の考えを言えるようになることをめざします。

受講料 1,000円(月額)

定員 15人(あと6人)

## ロビー展開催のお知らせ

◆脇本 明さんによる有名人を描いた鉛筆画を展示します。

期間：2月13日(木)～22日(土)

◆「地域と学校の協働」パネル展

期間：2月27日(木)～3月11日(火)

\*場所はいずれも大元公民館  
1階ロビーです

# 主催講座

大元公民館主催の学習講座です。窓口・電話・メールでお申込みください。定員になり次第、締め切ります。詳しい内容や準備物等については、申込み時にお尋ねください。HP には各講座のちらしも掲載しています。右の二次元コードをご活用ください。



## ❁ 桑田ふれあい元気教室 (介護予防教室)

**日程** 毎月第 1 木曜日

13 時 30 分～15 時 30 分

**対象** おおむね 65 歳以上の岡山市民の方

**内容** 3 月 6 日(木)筋肉を貯めてサルコペニア・ロコモを予防

※健康づくりのための軽い運動や講話を医療・福祉の専門職がお伝えします。

**費用** 無料(申込不要)

**持ち物** 筆記用具・水分補給ができるもの

**問合せ先** 岡山市ふれあい介護予防センター  
北事務所 電話 086-251-6517



## ❁ b ふらっと 3SUN

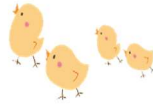
お子さんと一緒にふらっと遊びにきませんか？

**日程** 毎月第 2 金曜日 10 時～12 時

**費用** 無料(申込不要)

**内容** 未就園のお子さんと保護者がふらっと訪れて安心して過ごせる場です。

手作りおもちゃやいろいろな遊びをとおして、お子さんの興味・関心を見つけましょう。



## ❁ 発達障害など支援が必要な子どもたちの親の会 「なかよしの会」

**日程** 毎月第 1 月曜日 10 時～12 時

**内容** 子どもの発達支援に関する情報交換や悩み相談をする座談会です。診断の有無に関わらず、お気軽にご参加ください。

## ❁ 不登校の子どもと家族の悩みを分かち合う会 「poco a poco☆ポコアポコ」

**日程** 毎月第 3 月曜日 10 時～12 時

**定員** 10 人(各回予約制)

**内容** 子どもの不登校、行き渋りに悩む保護者の方を対象に、日頃の思いを語り合う会です。

## ❁ 子育てひろば「つながりんく」

**日程** 2 月 18 日(火) 10 時～12 時  
3 月 18 日(火) //

**対象** 未就学児とその保護者

**費用** 無料(申込不要)

**内容** 親子遊びや親同士の会話を楽しむ場。岡山で頼れる人が少ない方や子育ての息抜きがしたい方におススメ。

## ❁ おもちゃ修理相談室

おもちゃや小型家電の不具合や修理に関するアドバイスを行います。その場で直せる場合もありますが、その後の保証はできかねます

**日程** 2 月 22 日(土)、3 月 22 日(土) 13 時 30 分～15 時 30 分

**対象** 子ども用の簡単なおもちゃ、持ち込みが可能な小型家電

※持帰り修理・出張対応なし

**対象外** ゲーム機器、大型家電、スマホのアプリ

**定員** 各回 2～4 件(申込順)

**費用** 相談無料

(修理は実費が必要な場合あり)

**申込** 1 週間前までに窓口、電話、メールで

## ❁ 子育て「モヤッとニコッと」 カフェ(哲学対話)

**日程とテーマ** 10 時～12 時

2/28(金) 子どもと大人は対等に話せるのか？

3/24(月) 「見守る」とは？

**定員** 12 人(各回予約制)

**講師** 松川絵里さん

**内容** 子育てにまつわるモヤモヤを哲学の視点で楽しく自由に話し合います。



## ❁ 楽しいパソコン相談室

**日程** 第 2・3・4 月曜日  
13 時 30 分～15 時 30 分

**指導** IT ボランティア  
「ふればそくらぶ」

**費用** 無料

**申込** 前の週の金曜日までに窓口、電話、メールで

**内容** 初歩的なパソコンやスマートフォンの操作法についてサポートします。お気軽にご相談ください。

貸出し用パソコンを用意していますが、できるだけ各自でノートパソコンやスマートフォンを持ち込んでください。