

岡山市立岡西公民館だより

発行:岡山市立岡西公民館

こうさい

〒700-0054 岡山市北区下伊福西町 1-48

電話/FAX:(086)253-7581

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

0000010954.html

【Eメール】 kousaikouminkan@city.okayama.lg.jp

ふれあい

主催講座のご案内

三門学区栄養改善協議会 共催

じゃがいもで3色ポンデケージョ・いちごヨーグルトをつくるよ!

子育て応援講座
ぽこ あぽこ
poco a poco

絵本に出てくる野菜でお菓子をつくらう

絵本を読んだ後、お子さんと一緒にお菓子をつくりませんか。🍓🍓🍓🍓🍓🍓
いちごやじゃがいもをつぶす、にんじんをすりおろす、材料をこねたり丸めたり…自分たちの手でつくった、できたてのお菓子はいつもとはひと味違います。苦手な野菜も食べてくれるかも!?
お父さんの参加もしくはお父さん、お母さん一緒に参加もOK!

【日時】 5月17日(土) 10:00~12:00

【講師】 岡山市保健所所属 栄養士、三門学区栄養改善協議会のみなさん

【内容】 絵本の読み聞かせと調理実習(じゃがいものポンデケージョ(ほうれん草、にんじん、カレー味)、いちごヨーグルト)

※ いちごヨーグルトにはアレルギー成分(乳成分)を含む材料を使います。
ポンデケージョに小麦粉や卵は使いません。【対象・定員】 小学校入学前の子どもとその保護者・8組(定員を超えた場合は抽選します)

【託児対象・定員】 生後6か月以上の子ども・5人

【材料代】 親子1組700円(当日集金します。お釣りのいらないようご用意ください。)

【持参いただく物】 エプロン、マスク、布巾2枚、手拭き、材料代。

託児を申し込まれた方は託児1人につき託児料300円(当日集金)、保育カルテ(申し込み時にお渡しします)、必要に応じておやつ、おむつなど。

【申し込み】 4月18日(金)9:30~5月8日(木)17:00の岡西公民館開館時間中に、
公民館窓口またはFAX、Eメールでお申し込みください。

FAX、Eメールでお申し込みの方は、参加する保護者氏名、年代、子どもの名前、年齢、住所、電話番号、託児希望の有無(有の場合は人数と年齢)を明記して送信してください。

【受講可否連絡】 5月12日(月)までに、電話、FAX、Eメールのいずれかの方法で、結果を岡西公民館から通知します。

■ ことぶき学級 ■

いつまでも元気に過ごすため、公民館に集い、楽しく健康に過ごすヒントを学びませんか。

第1回 特殊詐欺情報、新しい手口に対する防犯の心得などについて

【日時】 5月9日(金)10:00~11:30

【対象・定員】 おおむね65歳以上の方・45人(先着順) 【参加費】 無料

【講師】 岡山西警察署 生活安全課 職員 【持参いただく物】 筆記用具

【申し込み】 4月11日(金)9:30~岡西公民館窓口または電話でお申し込みください。※ 令和6年度のことぶき学級を受講されていた方も、改めてお申し込みください。
この講座は全7回の予定です。

主催講座のご案内(つづき)

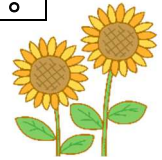
■「はるかのひまわり」を育てて想いをつなげよう ■

ひまわりを種から育てることを通して、身近な場所の緑化につなげるだけでなく、背景にある災害の悲惨さと共に命の尊さを再考し、「人の尊厳」と「人との関わりの大切さ」について考えてみましょう。

今回使う種は、昨年度本事業に参加された方から託されたものです。あなたもひまわりに込められた「想い」をつなげてみませんか？

【配布開始】 **5月8日(木) 9:30~** **説明資料と種の配布をします。**

- 【活動内容】
- ① 「はるかのひまわり絆プロジェクト」の趣旨を知る。
 - ② 自宅等でひまわりを育てる。
 - ③ 上手に花が咲いたら写真を撮って公民館へ。
 - ④ 採れた種の一部を岡西公民館に返却する。



※上手に育たなかった場合、③・④は不要です。お気軽にご参加ください。

【対象・定員】 講座の趣旨をご理解いただき、活動内容に賛同して下さる方・50人(先着順)

【申し込み】 事前申し込みは不要ですが、確実に種を受け取りたい方は、

4月11日(金) 9:30~ 岡西公民館窓口または電話にてお知らせください。

■ 今年で13年目 ゴーヤプロジェクト2025 ■

今年度も、夏の厳しい日差しを遮り、見た目も涼やかな緑のカーテンづくりに取り組みます！
苗付けからネット張り、水やり、収穫など、公民館でお手伝いをして下さる方を募集します。



一緒に活動して下さる方は公民館までぜひご連絡ください！ 収穫したゴーヤは持ち帰ることもできます。

【活動期間】 **6月上旬** (植え付け) ~ **11月上旬** (プランター等の片付け)

※ 水やりは6月上旬~10月中旬に、メンバーで交代しながら行います。

公民館の施設がインターネットからも仮予約できるようになります

令和7年4月から、「岡山市施設予約サービス」からも、公民館の利用予約ができるようになります。(窓口、電話でも引き続き受付します。)

岡山市施設予約サービスのページへは、こちらからアクセスできます。→
(<https://yoyacool.e-harp.jp/okayamacity>)



【公民館空き状況の確認】

令和7年4月1日(火) 午前9時から、閲覧可能です。施設の空き状況は、公民館開館時間内外にかかわらず、いつでも見ることができます。

【公民館利用の仮予約について】

◆公民館利用予約

… 令和7年4月3日(木) 午前9時30分から。以降、公民館開館中のみ仮予約申請が可能です。令和8年3月までは、毎月最初の開館日は、施設予約サービスから予約ができません。

※ 実際に部屋を予約するには、利用者登録が必要です。

◆利用者登録

… 令和7年4月1日(火) 午前9時から。(登録には、メールアドレス等が必要です)

◆公民館使用料の支払い方法

… 「現金支払」と、「バーコード決済(Pay Pay)」が選べるようになります。

※ 岡山市の領収書及び適格請求書が必要な場合は、現金での支払いをお願いします。

詳しくは、公民館設置のチラシをご覧ください。窓口でお尋ねください。

■ **介護予防教室『岡西ふれあい元気教室』** ■ 共催:岡山市ふれあい介護予防センター北事務所
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。

日時	内容	申込開始日
4月14日(月) 10:00~12:00	フレイル予防で健やかな身体づくり	受付中
5月12日(月) 10:00~12:00	シニアのお口の悩みNo.1 “ドライマウス”	4月15日(火)
6月 9日(月) 10:00~12:00	知ってお得! いろんな面から転倒予防を知ろう	5月13日(火)

【対象・定員】 おおむね65歳以上の方・50人(先着順)

【受講料】 無料 【持参いただく物】 筆記用具、水分補給用の飲み物

【申し込み】 申込開始日をご確認のうえ、岡山市ふれあい介護予防センター北事務所にお申し込みください。

《電話》 086-251-6517

《電話受付時間》 9:00~17:00 (土・日・祝日除く)



■ ひだまりサロン ■

講話や手芸を通して、楽しいひと時を過ごしましょう。

日時	内容	持参いただく物
4月25日(金) 10:00~12:00	ぼたもちづくり	筆記用具、エプロン、三角巾、マスク、布巾、手拭き
5月23日(金) 10:00~12:00	ゴキブリ団子づくり	筆記用具、あればペットボトルのふた10個程度
6月27日(金) 10:00~12:00	「福祉音楽講座はるべ」の皆さんによる音楽鑑賞	筆記用具

【対象・定員】 おおむね65歳以上の方・35人(先着順) 【受講料】 無料

【材料代】 4月、5月は1回300円程度(当日集金)、6月は不要です。

【申し込み】 受付中。岡西公民館窓口または電話で必ず事前にお申し込みください。

■ 子育ておしゃべりタイム ■

ボランティアグループ「子育てサポーター ♥ kouzai ♥」のメンバーや参加者同士でおしゃべりや、情報交換をしたり、お子さん同士で遊んだり、のんびりしたり…時間の過ごし方は自由です。お気軽にご参加ください。

【日時】 **6月2日(月) 10:00~11:30 (時間内の出入りは自由です)**

【対象・定員】 就学前の子ども(0~5歳)と保護者・15組 【申し込み】 不要ですが先着順

【持参いただく物】 水分補給用の飲み物、タオルなど 【参加費】 無料

子育てサポーター ♥ kouzai ♥ とは

平成28年度の当館主催講座「子育てサポーター養成講座」を受講された50代から80代までの幅広い世代のメンバーによるボランティアグループです。

■ 発達障害定例座談会「あおぞら」 ■

保護者・祖父母・当事者・支援者が集まり、語り合う場です。お子さんと一緒にの参加も歓迎!

【日時】 **4月4日、5月2日、6月6日 いずれも金曜日 10:00~12:00**

【持参いただく物】 筆記用具 【受講料】 無料 【定員】 20人(先着順)

【申し込み】 受付中。岡西公民館窓口または電話で事前にお申し込みください。

主催講座のごあんない(つづき)

■ おはなし会 ■

読み聞かせボランティアグループ「じゃんけんホイ」メンバーが、乳幼児とその保護者、読み聞かせに関心のある方を対象に開催しています。

【日時】 ★ 4月15日(火) 11:00~12:00 テーマ「ぽかぽか」
★ 5月20日(火) 11:00~12:00 テーマ「おかあさん」
★ 6月17日(火) 11:00~12:00 テーマ「おとうさん」

【定員】 20人(先着順)

【申し込み】 事前申し込みは不要ですが、当日参加者名簿に氏名と連絡先の記入をお願いします。

1月 職員異動のごあいさつ

【退職のごあいさつ】

大変お世話になりました。至らぬところばかりでしたが、皆様のおかげで大過なく過ごすことができました。誠にありがとうございました。

地域やご利用の皆様の益々のご活躍とご健勝をお祈りいたします。

夜間事務職員 藤澤 康彦

【着任のごあいさつ】

1月に着任しました。管内はかつて実家のあった地域であり、住民の皆様のお役に立てよう努めます。よろしくお願いします。

夜間事務職員 池田洋一郎

ステンレス製ボトルの回収について

不要になった使用済ステンレス製ボトルの回収をしています。専用回収箱は、岡西公民館事務室前(屋内)に設置しています。回収箱に入れるときは、以下のルールを守ってください。

- ・プラスチックやアルミのボトルは回収できません。
- ・ボトルのポーチは回収できません。
- ・ボトルをよく洗って水気を切ってください。
- ・ボトルのふたはつけたまま入れてください。

資源化物の回収について

公民館駐輪場北側に回収用のコンテナがあります。ルールとマナーを守って気持ちよく使えるようご協力ください！

回収日時…公民館開館日の9:30~17:00(時間厳守)

※ 休館日(次欄の休館日カレンダー参照)は出せません。

回収品目…空き缶・空きびん・蛍光管・スプレー缶

※ 空き缶はアルミ・スチールを分けずにそのまま水色のコンテナへ入れてください。

※ スプレー缶は中身を使い切り、緑のコンテナへ入れてください。

上記以外の品目は回収していませんのでご注意ください。



★ 公民館の食品トレイ回収は令和6年2月末日で終了しました。

(町内のごみ収集ステーションへ所定の日時にお出してください)

★ 家庭から排出される資源化物のみが回収対象です。燃えるゴミは回収していません。

休 館 日

4 月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

5 月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



…休館日

開館時間 午前9時30分~午後9時(日曜日は午前9時30分~午後5時)

休 館 日 毎週水曜日・国民の祝日・水曜日と祝日が重なればその翌日 ※ 次号は、6月1日発行予定です。