

第29回 御南西公民館文化祭

「令和7年度 第29回 御南西公民館文化祭」は、
展示の部・実技発表の部の同時開催で
11月15日(土)、16日(日)に実施します。
展示クラブ及び実技発表の日程の詳細に
つきましては次号でお知らせいたします。



コミュニティフリッジに ご協力ください♪

困ったときは
お互いさま♡

未開封のまま家庭で眠っている食品・日用品は
ありませんか。「北長瀬コミュニティフリッジ」を
通して必要とされる方にお届けする予定です。



【受取期間】 11月10日(月)～11月16日(日)

【場 所】 御南西公民館 1階 研修室

【対 象 品】 未開封で食品は消費期限が11月時点で
1か月以上あるもの、未使用のもの

【 例 】 穀類、缶詰、瓶詰、インスタント食品、
レトルト食品、調味料、食用油、
飲料(水・コーヒー・紅茶等)、お米、乾麺、
粉類(小麦粉等)、お菓子、石鹸、洗剤、
シャンプー、ティッシュ、マスク、
衛生用品、文具など

※冷凍・冷蔵・生鮮食品・アルコールは対象外

御南西公民館の修繕工事について (お知らせ)

御南西公民館では、来年1月～2月に2階の第1・第2
講座室のパーテーション(仕切り)の修繕工事を行う予定
です。工事期間中は、該当する部屋の利用ができなくな
ります。利用者の皆様にはご不便をおかけしますが、ご了承
くださいますようお願いいたします。

詳細につきましては、決まりましたら改めてお知らせし
ます。

◆資源化物回収について◆

回収日時 公民館開館日の9:00～17:00

※水曜・祝日・年末年始は休館

回収品目 洗った空き缶、空き瓶、蛍光管、スプレー缶

※ ペットボトル・紙パック・食品トレー・廃油・電球・
電池等は回収できません。

【休館日】 9月 3日(水)、10日(水)、15日(月祝)、17日(水)、23日(火祝)、24日(水)
10月 1日(水)、 8日(水)、13日(月祝)、15日(水)、22日(水)、 29日(水)

親子土曜塾 主催：バタライフ御南

【日 程】 全て10時～12時ごろ

開催日	行 事
9月13日(土)	テニス・卓球・ボッチャ体験 +月見団子づくり
10月 4日(土)	ボッチャ競技大会 +水ようかんとベビーカステラづくり
10月18日(土)	お芋ほりと芋料理づくり 秋の遊ぼう会 (中学生と一緒に遊びます♪)

【参加費】 大人200円、中学生以下無料 各行事 軽食つき

【場 所】 旧白石幼稚園跡地(北区久米348番地)

【申 込】 不要。午前10時までに旧白石幼稚園跡地へ集合。
徒歩か自転車でお越しください。(駐車場なし)

※この事業は岡山市区づくり推進事業に指定されています。

御南中学校区 秋祭り予定

日 に ち	内 容【場 所】
10月11日(土) ※雨天時12日(日)	今村宮 秋祭り
10月19日(日)	白鬚宮 秋祭り
10月25日(土)・26日(日)	久米 秋祭り 【久米蟹八幡宮】 ※ 25日14時頃 総社神楽団
10月25日(土)・26日(日)	今保 秋祭り 【今保八幡宮】

警報発令時の公民館の対応について

公民館は、「暴風警報」・「大雪警報」・「特別警報」のほか、
公民館が所属する中学校区に「避難指示」が発令された際
には主催講座・クラブ講座・室貸与・図書
貸出等の業務をすべて停止します。



避難所について

市が開設する指定避難所は、警戒レベル3・4が出された
地域にある市立小中学校と公民館を
原則として同時に開設します。

公民館は収容人数が限られるため、
体が不自由な方など、避難に配慮が
必要な方を優先して受け入れます。



みなんにし

第202号 令和7年9月1日
発行: 岡山市立御南西公民館
〒700-0951 岡山市北区田中 157-110
Tel/Fax 086-244-1855
Eメール: minannishikouminkan@city.okayama.lg.jp
ホームページアドレス
<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010986.html>



要援助者避難のスタッフ訓練を開催しました！

御南西公民館を要援助者の一時的避難所と位置づけ、令和4年度から避難者受け入れと運営のスタッフ訓練を西学区と御南学区
合同で、中学生ボランティアも参加して行っています。今年度は7月5日(土)に岡山西支援学校を会場にして行いました。今回は
ひらた旭川荘職員による車いす操作訓練の他、岡山市市民病院看護師の怪我の救急処置講習や、今分団の救急救命講習、日赤指導員
の三角巾の使用法訓練なども取り入れることで、より内容を充実させスタッフのさらなるレベルアップを図りました。



【受付訓練】



【車いすの操作訓練】



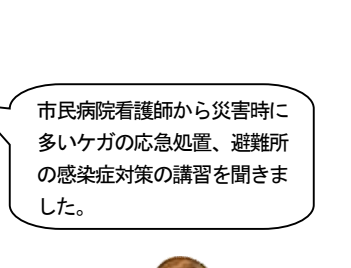
【車いすの移動訓練】



【車いすとベッドの移乗訓練】



【岡山市市民病院講習】



市民病院看護師から災害時に
多いケガの応急処置、避難所
の感染症対策の講習を聞きま
した。



三角巾の使用方
法の実習。



< 参加者の感想 >

- ・車いすを押すときは、乗っている人のことを思って声かけが大事。
- ・車いすからベッドへの移乗は車いすの角度を調整し移動しやすいようにすることなど難しさが分かりました。
- ・胸骨圧迫の訓練を初めてしました。力を入れることが必要で疲れたが、命を助けるためには大事なことだと思った。
- ・三角巾の折り方でいろいろな場所に使用できケガや捻挫の時固定する方法を知りました。
- ・レジ袋で、骨折の時に肘を吊ることができることを知った。
- ・日常で困っている人がいたら今日のことを生かして助けていこうとおもいます。



【AEDの使用講習】



【胸骨圧迫の実習】

【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。 ☎086-244-1855
〈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)

主

催

講

座

案

内

共催：くらしのたね / 協力：社会福祉法人 南野育成園

子育て座談会～発達障害を考えよう～

子育てで孫育てで気になることや発達障害について、お喋りや情報交換をしませんか。ホッとできるひとときを一緒に。

【日時】9月16日(火)「座談会」
10月21日(火)「子どもの育ちを考えよう」(講話)
いずれも10:00～12:00

【対象】発達障害に興味関心のある方

【定員】15名 【申込】公民館窓口または電話にて



赤ちゃん和スマイル はじめの一步

【日時】9月20日(土)、10月18日(土)
いずれも10:00～11:30

【内容】子育ての情報交換、中学生とのふれあいなど

【持ち物】飲み物、バスタオル等

【定員】5組 【申込】公民館窓口または電話にて

【対象】1歳の誕生日を迎えるまで

※1歳になった後も、年度内は参加可能です。

◆ボランティアスタッフ募集◆

「赤ちゃん和スマイル はじめの一步」で読み聞かせやわらべ歌をしていただける方を募集しています。
子どもが好きな方、子育てが落ち着いた方、大歓迎です★
お気軽に御南西公民館までご連絡ください。



わくわく文庫

【日時】9月8日(月)、10月20日(月)
いずれも10:00～11:30

【内容】季節のわらべ歌、読み聞かせ、工作など

【年会費】子ども1人につき100円

みんなにし親子ひろば

【日時】9月22日(月)、10月27日(月)
いずれも10:00～11:30

【内容】親子のふれあいあそび、情報交換など

【対象】2才の誕生日を迎えるまでのお子さんと保護者

※下に弟・妹がいる場合は、2才以上のお子さんも参加可能です。



産後ケアヨガ&ふれあいタイム

子育て中のお母さん、赤ちゃんと一緒に自分をいたわりながら、リフレッシュしませんか。

【日時】9月26日(金)
13:00ドアオープン、13:30スタート
～15:00 フリートーク

【講師】生本 かずみさん(ヨガ講師)

【対象】生後3～7カ月までの赤ちゃんとお母さん

【定員】親子7組

【申込】8月25日(月)～公民館窓口または電話にて



御南西ふれあい元気教室

【日程】9月30日(火)10:00～12:00
「60代から始める認知症予防の生活習慣」
10月28日(火)10:00～12:00
「呼吸を改善して健康アップ！」

【講師】岡山市ふれあい介護予防センター職員

【対象】おおむね65歳以上の岡山市民

【準備物】運動できる服装、お茶等水分補給できるもの

【申込】不要



じよぼら会のパソコン教室

パソコン相談室

【日時】9月6日、13日、20日、27日
10月4日、11日、18日、25日
いずれも土曜日13:00～14:30

【内容】パソコン、スマホの初歩 【受講料】無料

【申込】ご来館時に受付票にご記入ください。



主催 健康みなんにし21

みなんにしディスコンの会

ディスコンはどなたでも気軽に楽しむことができるスポーツです。あなたと一緒に楽しみませんか!

【日時】9月22日(月)、10月27日(月)
いずれも13:00～15:00

【定員】20人 【対象】どなたでも

【持ち物】上履き、タオル、お茶

【申込】公民館窓口または電話にて



ことぶき大学 研修旅行

「見学して・参拝して・食べて・体験して！」しまなみ海道の旅

【日時】10月31日(金)9:00出発～18:00頃 帰館

【集合】御南西公民館(8:45集合)

【行き先】御南西公民館 →伯方の塩・大三島工場見学→
大山祇神社→能島水軍レストラン(海鮮丼の昼食)
→村上海賊ミュージアム(見学)→潮流体験(遊覧船に乗船)→御南西公民館

【対象】どなたでも参加できます。

【定員】40名 【費用】9,500円

【申込】9月9日(火)～参加費を添えて公民館窓口にて



主催 健康みなんにし21

21元気教室

「いつまでも笑顔で!いつまでも元気で!」
OKAYAMA 市民体操や脳トレなど行います。

【日時】9月2日、9日、16日
10月7日、14日、21日
全て火曜日 13:00～15:00

【内容】OKAYAMA 市民体操、あつ晴れ!もも太郎体操
脳トレ 他

【対象】おおむね65歳以上 【持ち物】水筒

【服装】運動できる靴、動きやすい服装

【申込】公民館窓口または電話にて



主催 健康みなんにし21・御南西公民館

企画 ひらた旭川荘地域貢献委員会

いきいき健康ウォーキング

【日時】10月3日(金)9:45～15:15頃
※雨天の場合は、10月6日(月)に順延します。

【集合】北長瀬駅 改札前(9:45集合)

【行き先】庭瀬・撫川城址、犬養木堂記念館
※旅程表は公民館にあります。(総歩行距離は5km)

【持ち物】弁当・飲み物・交通費・保険証・筆記用具

【服装】ウォーキングに適した服装、運動靴、帽子

【申込】9月18日(木)までに公民館窓口または電話にて



託児ボランティアグループ「りんごの会」親子講座

みんなでいっしょに楽しもう!【全6回実施中】

「りんごの会」は地域の親子を応援するグループです。
季節の遊びや、折紙、工作などで一緒に遊びませんか。

③9月4日(木)「リトミックを楽しもう」数組空きあり

④10月2日(木)「ミニ運動会」
&おなかのなかをのぞいてみよう

⑤12月4日(木)「クリスマス会」

⑥1月15日(木)「レクリエーションを楽しもう」

いずれも 10:00～11:30

【対象・定員】就園前の親子・12組

【材料代】親子1組500円初回に集金

【申込】公民館窓口または電話にて受付



夏休み公民館へおいでよ&公民館クラブ講座体験

今年の夏も楽しい思い出がたくさんできました♪活動の様子の一部をご紹介します。

【囲碁なかよし同好会】

【平和って大事だね】

【わくわくピアノ】

【なかよしクッキング】

【ディスコンを楽しもう!】

【プログラミング体験】

【パステルアート】

