

年始を楽しく迎える ウィンナーの飾り切り教室

ウィンナーや野菜を飾り切りにして、年始を寿ぐ食卓を晴れやかにしてみませんか。

★日時 12月26日（金）10:00～12:00

★定員 小学生とその保護者8組程度
大人のみ枠4人

★講師 日本Vカスター・コミュニケーション(株)飾り切り職人

★参加費 無料

★申込 11/15（土）～12/11（木）に公民館へ

★持ち物 エプロン、マスク、飲み物

※アレルギー対応はしていませんので、あらかじめご了承ください。

「妹尾塾」爆笑落語会 笑って年忘れ！

◎日時 12月13日（土）13:30～15:30頃
（開場：13:00）

◎会場 西ふれあいセンター ふれあいホール

◎定員 150人（申込順）

◎出演 晰の会じゅげむ

◎参加費 無料

◎申込 11月18日（火）から
12月11日（木）までに公民館へ



地域行事のご案内

※詳細は各団体等へご確認ください。

【妹尾学区コミュニティ協議会 主催】

第44回健康ウォーキング

11月2日（日）雨天中止

集合：妹尾公民館 受付：8:30～ 出発：9:00

グリーンガーデン春辺清掃

11月16日（日）現地集合8:00 雨天中止

【箕島コミュニティ協議会 主催】

箕島ふるさと健康ウォーキング「ブラみしま」

12月7日（日）雨天中止

集合：箕島コミュニティハウス

受付：9:15～ 出発：9:30 終了：12:00 予定

参加費：300円

持ち物：飲み物、防寒・防風対策等

【妹尾 六ヶ寺院】

お講 万灯行列を行います。夜店もです。

11月22日（土）夕刻より（少雨決行）

【呑海寺】

お講 開催します。お接待（ぜんざい）、新鮮野菜等のバザーも実施します。（無くなり次第終了）

11月23日（日・祝）9:00～

防災コラレ No.4

今回は10月1日から始まった「救急安心おかやま #7119」のご紹介です。これは、夜間や休日に急な病気やケガをした時、救急車を呼んだ方がいいか？診てくれる病院はどこか？等の相談に、看護師等の専門家が電話でアドバイスするものです。

＜相談受付時間＞

平日：19時から翌朝8時まで

土曜日：18時から翌朝8時まで

日曜日、祝日及び年末年始（12/29～1/3）：

朝8時から翌朝8時まで

＜対象者＞

概ね15歳以上の岡山市を含む岡山連携中枢都市圏の住民および滞在者 ※15歳未満の方は「子ども救急電話相談 #8000」を利用

＜利用方法＞

局番なしで「#」を押してから「7119」を押す

※つながらないときは、(086-222-7119)へ

※英語、中国語、ベトナム語、韓国語にも対応

意識がない、呼吸が苦しい、明らかにいつもと

様子が違うなど緊急性が高い場合は、ためらわず

「119」番通報してください。

妹尾公民館だより

294号

発行
妹尾公民館
岡山市南区箕島
1025-1
＜TEL&FAX＞
(086)282-4747 妹尾公民館 HP



年末大掃除で 出てきた品物 /

／ 掘り出し物が見つかるかも /

ごみゼロ リユースコーナー を利用して みませんか

自分では使わないけど、誰かに使ってほしい物はありませんか？公民館のリユースコーナーに持ち寄って、必要な人に有効に使ってもらいましょう。

ごみゼロ リユースコーナー

【開設期間】1月5日（月）～1月31日（土）

【開設場所】1階ロビー奥側（エレベーター近く）

＜物品を持ち込みたい方＞

受付期間 1/5（月）9:30～1/30（金）16:00

①事務所窓口で持込登録票を記入し、受付番号とシールをもらう。

②シールに受付番号を書き、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。

※注意事項

・開設期間終了後、残った物は持ち込みした方に引き取ってもらいます。

・食品や刃物等、設置できない物があります。

・開設場所が狭いため、物品の設置を制限させていただきます。事前に空きスペースがあるか、公民館へお尋ねください。

上記以外に注意していただくことがありますので、詳しくは、公民館へお問い合わせください。

＜物品を持ち帰りたい方＞

リユースコーナーに並んでいる物は、手続き不要でお持ち帰りできます。数量の制限もありません。



地域応援人づくり講座

とちもちサポート

地域のサロン活動で使えるレクリエーションを体験しませんか。サロンを運営している人も、サロンに参加してみたい人も気軽にご参加ください。

●日時 11月21日（金）10:00～11:30

●講師 岡山市レクリエーション協会 鷹取良枝さん

●定員 15人

●参加費 無料

●申込 11月20日（木）までに公民館へ

正月用和風寄せ植え教室

◆日時 12月18日（木）13:00～14:30

◆講師 砂田園芸 砂田 芳宏さん

◆定員 28人（先着順）

◆材料費 1,600円（当日集金）
（釣銭の要らないように
ご用意ください。）

◆持ち物 ビニール手袋、持ち帰り用袋（3ℓ1枚）

◆申込 11/1日（土）～12/5（金）に公民館へ



わがまちの防災・減災講座

公民館が避難場所になったら！? part2

HUG（避難所運営ゲーム）を体験しながら、避難所で起こりうる様々な問題の解決策を考えます。

□日時 12月20日（土）10:00～12:00

□講師 一般社団法人 epo おかやま笑顔プロジェクト
代表理事 村上浩司さん

□定員 20人

□参加費 無料

□申込 12月15日（月）までに公民館へ

見に来て！

公民館のロビー展

●グループホームみらい作品展

11/1（土）～11/15（土）

●おかやまっ子作品展

11/27（木）～12/22（月）

妹尾小学校と箕島小学校の

児童による作品展示



ITボランティアグループ **愛茶(アイティー:IT)クラブ**せのおのスタッフが相談にのります！

パソコン相談室 申込不要・参加無料

11月15日(土)13:30～15:30



パソコン操作で困ったことはありませんか？IT ボランティアといっしょに解決しましょう。

14 時までには相談者がいない場合は終了します。(14 時以降に参加したい場合は事前に連絡をお願いします。)

年賀状相談室 申込不要・参加無料

パソコンで年賀状を作成する際の疑問やお悩みを相談できます。

12月1日(月)、6日(土)

10:00～12:00

10:30 以降に参加する場合は事前に連絡をお願いします。

12月、1月のパソコン教室とパソコン相談室はお休みです。

令和7年度市民健康講座 申込不要

共催 **せのお病院 妹尾公民館**
定員 28人
受講無料

- 「**糖尿病週間講座**」
11月14日(金) 14:00～15:00
糖尿病看護認定看護師 安永 沙織さん
- 「**生活習慣病予防の食生活について**」
12月5日(金) 14:00～15:00
管理栄養士 加藤 裕子さん
- 「**人生会議について**」
1月16日(金) 14:00～15:00
看護師 永瀬 百子さん

FunFun タイム

もちつき大会



福寿会の人とお餅つきをします。できあがったお餅はお家に持って帰って食べます。

○日時 12月7日(日) 10:00～12:00 頃

○定員 親子5組(申込順)

○参加費 餅米代実費(300円程度、当日集金)

○持ち物 餅を入れるタッパや袋等

○申込 11/1(土)～11/25(火)までに公民館へ

妹尾中学校区

健康学びの森



健康の秘訣は、まず自分の身体の状態を知ることから。健康学びの森では、だれでも気軽に歯周病や運動機能のチェックができます。

参加無料

申込不要

●日時 12月19日(金) 11:00～14:00
測定は13:30まで

●会場 西ふれあいセンター 1階

●内容

①ベジチェック・栄養相談

手をセンサーにかざして、野菜がどれくらい摂取できているかを測定します。



②歯周病チェック・歯科相談



唾液で歯周病をチェックして、予防方法も学びます。

③運動機能チェック

握力や柔軟性を簡単な方法で測定します。



その他、乳がん検診の啓発や「丈夫で長生き“せのお・みしま”推進委員会」の活動紹介などもあります。

●問い合わせ先

岡山市南区西保健センター

Tel (086) 281-9625

井戸・史跡見て歩き(秋)

妹尾地区にある“岡山歴史のまちしるべ”を歩いて(約5km)巡ります。(少雨決行)

○日時 11月16日(日) 9:00～12:00

○集合場所 妹尾公民館

○参加無料

○備前・備中国境標石、四ツ樋、妹尾駅、旗本・妹尾戸川家陣屋跡等に設置されたまちしるべを見て歩きます。

○持ち物 飲み物、帽子、タオル

※歩きやすい服装と靴でご参加ください。

○申込 11月13日(木)までに妹尾公民館へ

★★★★★★★★★★★★★★★★

おはなしひろば



お話ボランティアさんが、絵本を読みます。

★日時 12月4日(木) 10:00～11:00

テーマ「クリスマスがやってくる！」

11月と1月はお休み

★対象 幼児とその保護者

★参加無料

★申込 開催日の3日前までに妹尾公民館へ

※申し込みがない場合は、中止となります。

★★★★★★★★★★★★★★★★

いこいの家

頭の体操やおしゃべりを楽しみましょう。

◆日時 原則 毎週木曜 9:30～12:00

◆場所 妹尾公民館 1階 美術工芸室

◆参加費 月200円

※初めて参加される方は、事前に妹尾公民館へ参加の申し込みをお願いします。

地域の井戸・史跡 (妹尾・箕島周辺見所絵図より)

⑥⑥《切り通し》

場所:山田

福田尋常小学校ができた(明治36年)頃には山田方面の子どもは高尾山の山越えの細い道を通って通学していた。大正年代になり高尾山を切り通して道をつけ、東西の交通が便利になった。岩の脇から泉がふき出ている、のどを潤していた「小川の井戸」もある。



来年度のクラブ申請が始まります

令和8年度クラブ講座の申請を下記の期間内に受け付けます。現在活動中のクラブも申請をしてください。

申請期間：12月1日(月)～16日(火)

来年度新たにクラブ講座の開設を希望する方は、クラブ講座開設・運営についてご説明しますので、下記のクラブ講座代表者会にご参加いただくか、公民館へご相談ください。

◎クラブ開設の条件

(1) 内容

①公民館設置の目的に合致しているもの。

②特定のグループ・団体の活動や学習内容をそのままクラブ講座の内容とすることはできません。

(2) 活動人数 10名以上

(3) 活動回数 原則として月2回以内

(4) 活動時間 原則として1回2時間以内

(5) 受講料(講師謝礼金)

受講生1人1回(2時間)500円以内

上記以外にも、注意点がありますので、詳しくは公民館へお問い合わせください。

※クラブ講座として承認されれば、1年間クラブ活動ができ、室使用料が免除されます。

クラブ講座継続・開設説明会

・11月13日(木) 10:00～12:00

・11月15日(土) 10:00～12:00

※館展実行委員会の後に続けて開催します

●クラブを新規に開設したい方は、どちらかの日にご参加ください。

●現在活動中のクラブ講座で、来年度も継続したいクラブの方は、指定された日にクラブ員の内1名が必ず参加してください。申請書類をお渡しして説明します。

ゆるっと脳トレ

○日時 11/17、1/19、3/16(月) 13:30～15:30

○内容 言葉や算数、記憶の問題を解きます。

○受講料 無料

○定員 28人(定員になり次第締切)

○申込 公民館へ 一度で全回分の申込となります