

令和7年度 一宮文化祭

令和8年2月28日(土)・3月1日(日)

内容(予定): 作品展示、実技発表、茶席、他

*詳細は公民館だより176号(2/1発行)でお知らせします。

公民館☆活用おたすけ企画!! 「クラブ講座」を立ち上げよう!

公民館をもっともっと活用してみませんか! 「こんなことを楽しみたい」、「あんなことを学んでみたい」...、定期的・継続的にその機会をもつことのできる「クラブ講座」の立ち上げ方について、昨年度に引き続き 講習会を行います! 公民館職員がていねいにサポートしますよ♪

【日時】1/23(金) 13:30~15:00

【定員】とくになし 【受講料】もちろん無料

【申込み】窓口・電話で受付中!
お気軽にご参加ください。

中山学区栄養改善委員会 主催

中山学区栄養教室

【野菜たっぷり簡単料理講座】

栄養教室は健康づくりのための栄養・食生活について学ぶ講座です。栄養士さんが考案したメニューを皆で楽しく作ってみませんか。

【日時】12/15(月) 10時~13時頃

【場所】一宮公民館・料理講座室

【対象】食と健康に関心がある方

【定員】5名(先着順)

【献立】冬のドライカレー、カリフラワーとパプリカの甘酢、皮までおいしくかぼちゃのスープ、コーヒー寒天のアーモンドミルク風味

【参加費(材料代)】300円

【持ち物】エプロン、三角巾、マスク、手拭き

【申込み】12/10〆切

中山学区栄養改善委員会会長

橋本(☎284-7705)まで

地域
情報

公民館

ロー
ー展

おかやまっ子作品展

(中山中学校区4小学校区画工作展)

1/6(火)~19(月)16時まで

中山・馬屋下・平津・桃丘の4小学校児童が
図画工作の授業で作った作品の展示会です。

【クラブ講座 作品展示】

・川柳クラブ 12/1(月)~15(月)

【一般 作品展示】

・イスの展示 1/20(火)~31(土)

※公民館の開館時間内、いつでもご覧いただけます
※期間・内容に変更のある場合があります。

素晴らしい
作品の数々を
ご覧ください!

一宮公民館★カレンダー

★12・1月の休館日★ 毎週 水曜日 休館日

12/28~1/4 (年末年始) 1/12 (成人の日)

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

28日~31日: 年末休館

1日~4日: 年始休館/12日: 成人の日

《開館時間》9:30~21:00 (日曜は17時まで)

《休館日》水曜日・祝日、年末年始

<年末・年始の資源化物拠点回収>

12/25(木)~令和8年1/4(日)休止します

年内は12/23(火)17時まで! 年始は1/5(月)9時30分から!

◆回収日・時間 公民館の開館日の9:30~17:00

◆回収場所 公民館玄関に向かって西側の角

<回収できるもの>

空き缶、ガラスびん(無色、茶色、青・黒・緑色等)、
蛍光管、スプレー缶 ※スプレー缶はガスを使い切っ
てから、緑色のコンテナに入れてください。

お願い ※休館日の水曜日、祝日及び年末年始は回
収していません。※事業所(会社・自営に関わらず)で出る
資源化物の持ち込みは禁止です。

いちのみや

発行 岡山市立一宮公民館 No.175号 2025年12月1日発行

〒701-1211 岡山市北区一宮638-1 電話・Fax (086)284-6224

E-mail ichinomiyakouminkan@city.okayama.jp (9/1より変更)

一宮公民館
[公式]
Instagramを
発信中!!

公民館活動の様子を
動画や写真で
ご覧ください! Instagram
フォロー
いりね! おねがいします♪



ホームページ



フェイスブック

一宮バンド ウインターコンサート ザ・フリースカイと歌おう!

「一宮バンド ザ・フリースカイ」は、5人組のボランティアグループです。地域での支え合い、介護予防、高齢者の居場所づくりを目的として、公民館講座「地域応援人づくり講座」の修了生が結成しました。懐かしい曲の数々♪

【日時】1/26(月)10:00~12:00

【定員】30名 【参加費】無料

【申込み】12/18(木) 9:30から 窓口・電話で受付

歌って、笑って、
楽しいひと時を
こいっしょに
楽しみませんか?

「やさしいまち いちのみや」

春の七草を探そう

公民館の周辺で、春の七草を探します。親子でも、大人の方のみでも、大歓迎!
地域の自然や歴史にふれながら散策した後は、七草がゆの試食を予定しています。

【日時】1/31(土)10:00~12:00頃

【講師】河田博行さん・森弘子さん(吉備の中山を守る会)

【対象・定員】小学生10名(3年生以下は保護者同伴)

【受講料】無料

【申込み】12/20(土)9:30から 窓口・電話で受付

ハンドメイドくらぶ・つくるん♪

お正月かざりづくり

お正月を、かわいい手づくりのお飾りで迎えませんか!

【日時】12/23(火)10:00~12:00

【講師】本郷 由紀枝さん(ハンドメイド作家)

【対象・定員】大人・15名

【受講料】200円 【材料代】500円(当日集金)

【申込み】12/2(火)~16(火)〆切 窓口・電話で受付

行く年も来る年も
公民館で!

2026年
どうぞよろしく
お願い申し上げます

中学生ボランティアグループ
「サンクフル」企画☆

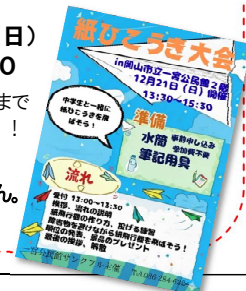
紙ひこうき大会!

中学生ボランティアグループ「サンクフル」の
メンバーが企画・運営する講座です! 中学生とい
っしょに紙ひこうきを飛ばして 交流しよう!

【日時】12/21(日)
13:30~15:30

【対象】子ども~おとなまで
どなたでも!!

★参加費・申込みは
いりません。
みんなで来てね~!



一宮公民館主催講座のご案内

いちのみや

地域応援人づくり講座

防災ボランティア養成講座

防災を知りたい方・学びたい方・実践したい方、どなたでも！

第2回 12/7(日) 10:00～12:00

「公民館での避難所開設訓練」

【講 師】岡山市危機管理室 職員

【内 容】避難所開設時の役割分担は？
テント張りの実演 簡易トイレの設置

第3回 1/13(火) 13:30～15:00

「一宮地域の防災について考えよう」

～防災士の方や消防団の方々の体験談と

ワークショップ～

【定 員】40名

【受講料】無 料 【持ち物】筆記用具、飲み物

【申込み】公民館窓口・電話で受付中

第1回は終了
しましたが、第2回、
第3回のみ参加も
お待ちしております！認知症になってからも 安心して
住み続けることができる 地域づくり新しく企画する講座です。自分自身の不安、家族や地域の
人に対しての対応法、そして地域づくりを進めていくためのサ
ポーターづくりもめざしています。

①1/15(木)13:30～15:30

「支える側、支えられる側」

②1/29(木)13:30～15:30

「地域で見守るためにどんなことができる？」

【講 師】岡山市北区北地域包括支援センター職員

【定 員】20名 【受講料】無 料

【申込み】窓口・電話で受付中

New!

介護予防教室《12.1月》

●一宮ふれあい元気教室 12/1(月)、1/5(月)、2/2(月)10:00～12:00

一宮公民館にて ◆申込み:不要 ◆参加費:無料

●平津ふれあい元気クラブ 12/8(月)、1月休み 10:00～12:00

平津コミュニティハウスにて ◆申込み:不要 ◆参加費:必要

●桃丘ふれあい元気クラブ 12/19(金)、1/16(金) 10:00～12:00

桃丘コミュニティハウスにて ◆申込み:不要 ◆参加費:必要

防災 公民館の
窓から...

<12・1月の公民館活動報告>

一宮公民館では、「地域応援人づくり講座」として、
年間を通してさまざまな防災への取組を行っています。

「いちのみやジュニア防災教室

～災害からいのちをまもろう～(小学生を対象に)～

一宮ふれあい手を繋いで
防災をしてくれそうです！◆ ◆ ◆
今年度は、9月22日
に平津小学校3・4年
生合同で、11月7日に
中山小学校4年生3ク
ラスでそれぞれ「ジュ
ニア防災教室」を行
いました。↑「知恵と工夫クイズ」。身近な道具のカ
ードの中から使えるものを選びます。「怪しい！水のふたポリ袋を
背負ってレクリ！」

◆ ◆ ◆

持つと重いの背
中に背負うと軽く
感じてビックリ！
これなら僕にも私
にも運べる！と大
盛り上がりでし
た。
◆ ◆ ◆
また、新聞紙を
折ってお皿を作る
体験もしました。◆ ◆ ◆
館長から、平成30年
の豪雨災害でこの地域
も被害に遭った様子な
どを、写真を交えてお
話した後、公民館職員
(防災士)のレクチャ
ーで「知恵と工夫クイ
ズ」を行いました。これ
は、身近な道具をどう
組み合わせると、災害
時に活用できるかを、
みんなで知恵や工夫を
体験！リユークを、手
に
出しながら考えるとい
う
クイズです。
◇ ◇ ◇
「水道が止まった時
どうやって給水車などか
ら水を運ぶ？」という問
いに対して、様々なアイ
デアを出してくれた児童
の皆さん。ポリ袋に水
を入れて固く口を結びリ
ュックで運ぶ方法を実際
に
体験！リユークを、手
に「家にあるものが防
災で使えることを知り
ました」という感想に
もあるように、知恵と
工夫次第で、防災への
備えはできます。小学
生たちが家族でもそん
な知恵を話し合っても
らえた方がいいと思
います。小学生から次々
飛び出す柔軟な発想
に、私たちも学ぶこと
ができました。

ぼうさい女子カフェ

～わが家の防災力アップ！備えの6ステップ～

あえて女性限定！防災について女性ならではの視点
で工夫や知恵を学んでみませんか！3日間のシリーズ
講座で、防災の備えができます！

①1/30(金) 10:00～12:00

防災のすすめのお話・0次に備える

②2/ 6(金) 10:00～12:00

ハザードマップから備える・食料を備える

③2/17(火) 10:00～12:00

ライフラインを備える・持出し袋を備える

＋収納場所の重要性

【講 師】OKAYAMA お片づけチーム momo

【定 員】15名 【受講料】無 料

【申込み】窓口・電話で受付中

もも太郎パソコン教室《共催》一宮IT サポーター会

パソコン初心者相談コーナー

インターネットやパソコンの歴史や仕組みを知ることで、
インターネット・パソコン・スマホをより安全かつ効果的に
活用できます！と一緒に学んでみませんか。

①1/9 (金) 13:30～15:30

「キミのパソコン・スマホ、一体どうなるの？
中身をのぞく冒険に出かけよう！」

②1/16 (金) 13:30～15:30

「インターネットはどう動いている？
仕組みと歴史をやさしく解説！
～インターネット誕生の意外なきっかけ～」

【講 師】一宮IT サポーター会 中山 雅之

【受講料】無料 【定員】20名 【申込み】窓口・電話で

※12.1月のパソコン初心者相談コーナーはお休みです

子育てサロン にこっと😊

のんびり ゆったり♪お子さんといっしょに遊んだり大人
同士がおしゃべりしたり、親子が「にこっと」できる場です。

12/22(月) 10:00～11:30

「ももちゃん文庫のおはなし会」♪

1/26(月) 10:00～11:30

「ごまとおにのこうさく！」

【対 象】就園前の子どもとその保護者

【申込み】窓口・電話・2次元コードで⇒

「子育て応援サポーター
にこっと😊」が
お待ちしております！

その他の講座《12.1月》

※いずれも申込み受付は終了しました。
～講座の詳細は、公民館までお問合せを～

●辻先生の健康教室 12/15(月)、1/19(月)10:00～12:00

●高齢者教室 12/18(木)13:30～15:00

●学びなおし教室 12月お休み、1/17(土)10:00～12:00

【予告】

一宮公民館 みらい会議

～いちのみやフォーラムを一新！～

毎年、年度末に開催して
いました「いちのみやフォー
ラム」は、若い世代(中高
生)から子育て世代、そし
て高齢者まで、地域のすべ
ての世代が一堂に会し、
「一宮公民館の未来を考
える」地域ミーティングと
して開催する予定です。
地域の皆さんと一緒に
「一宮地域の子どもたち
の未来」「子育て世代を支
える地域の在り方」「高
齢者が安心して暮らし続け
られる社会」など話し合っ
てみませんか。開催時期な
ど詳細は、次号でお知ら
せしたいと思います。

わいわいクラブ ★毎月第1金曜日★

パートナーを亡くされた60～90代の方を対象にした集いの
場です。お茶を飲みながら情報交換やお喋りを楽しみましょう！

【日時・内容】 12/5(金)14:00～16:00

「クリスマス★

一宮バンド ザ・フリースカイといっしょに歌おう！」

【対 象】パートナーを亡くされた高齢者の方

【参加費】300円/回(茶菓子代)

【持ち物】マイカップ(ご自身用のコップ)

【申込み】窓口・電話で受付中

一宮おもちゃの病院

【日 程】12月お休み、1/25(日)

9:30～11:00 ★毎月第4日曜日★

【対 象】子ども(必ず保護者と一緒に)

【治療費】無料(修理に必要な部品や電池等は実費必要)

【担当医師】吉備おもちゃ病院

お願い ◆おもちゃは1家族2個まで

◆コンピューターゲーム類、エアガン、電動ガン等は対
象外 ◆修理時間がかかる場合はいったんお預かりし
ます。後日受け取りをお願いします。