



# 岡輝公民館だより



## 岡山市立岡輝公民館

〒700-0865 岡山市北区旭本町1-80  
TEL/FAX 086-222-0855  
Eメール koukikouminkan@city.okayama.lg.jp

### 休館日について

毎週水曜日と祝日  
(水曜日と祝日が重なった場合は、その翌日の木曜日も休館)

### 開館時間について

平日 9:30から21:00まで(土曜日と同じ)  
日曜 9:30から17:00まで

## 講座のご案内

※参加費・材料代等が必要な場合は各項に記載しています。

## みんなで支え合う地域防災講座

- 対象 岡輝学区にお住いの中学生以上の方※お子様連れで参加可
- 会場 岡輝公民館
- 費用 無料
- 申込 必要

### 第1回「HUG 訓練」

**日時 6/29(土)14:00~16:00**

さまざまな事情を抱えた人たちが公民館に避難してきたことを想定し、その避難してきた人たちでどのように避難所運営をしていくか、机上でシミュレーションをします。

- 定員 50人(先着順)

### 第2回「避難所運営の課題を整理する」

**日時 8/3(土)10:00~12:00**

1回目のHUG訓練で見えてきた課題を整理し、対策を考えます。

- 定員 50人(先着順)

### 第3回「避難所設営訓練」

**日時 9/29(日)10:00~12:30**

公民館を避難場所と想定して設営から運営を実際にやってみよう!

- 定員 100人(先着順)

主催 岡輝ケアカフェ・岡山市立岡輝公民館

## 岡輝学区の避難所運営について考えてみよう

「晴れの国おかやま」は災害も少なく住みやすい地域ではありますが、年々増える地震の多さに、やはり「逃げる」を具体化する必要は高まってきています。

今回は、多世代のつながりと防災意識の向上を目的に企画しました。地域団体の役員や自主防災組織の皆様はもちろん、ご家族や友人とご参加ください。



## 子育て座談会

子育ての困り感や不安な気持ちを話してみませんか。発達不安や支援が必要なお子さんを育てている保護者の方、ぜひお気軽におこしください!

**日時 7/16(火)10:00~12:00(今後は毎月第3火曜日に実施します)**

アドバイザー:森石 雅子さん

- 会場 岡輝公民館 ボランティアルーム
- 費用 無料
- 申込 必要

### 森石 雅子さんの紹介

岡山県自閉症協会やよつばの会で、自閉症児・者のよりよい理解と支援を目指して活動されています。ペアレントメンター。子育ての先輩ママとしてのアドバイスも◎

## もったいない、まだつかえる品活用ひろば 夏!

「これ、もう使わないけど、まだ使えるなあ……」そんなものを次の使いたい人に提供するコーナーです。片付けなどで出てきたものを出品してみませんか?

**日時 7/18(木)9:30~8/15(木)まで**

※期間終了後に物品が残っている場合には8/22(木)までに引き取りに来てください。

- 会場 岡輝公民館 市民ふれあいコーナー



主催講座の詳細は、岡輝公民館ホームページ、または、公民館にあるチラシをご覧ください。

**こうき認知症カフェキックオフ講演会**

認知症の人が社会とつながる居場所づくり

**7/16(火)13:30~15:30**

- 講師 一般社団法人はるそら 多田美佳さん
- 会場 岡輝公民館 第1・第2講座室
- 申込 必要
- 定員 30人(先着順)
- 費用 無料

**清輝学区地域交流おしゃべり会**

「七夕」

**日時7/25(木)13:30~15:30**

- 会場 清輝コミュニティハウス
- 申込 不要
- 主催 清輝学区婦人会



パソコンやスマホで困った時は

**岡輝 IT 寺子屋**

パソコンだけでなく、スマホやタブレットの使い方などの相談をうけつけております。

(スマホ・タブレットの貸出はしていません)

**日時 7/18(木)、8/15(木)****両日とも 10:00~12:00**

※受付時間は10:20まで

- 会場 岡輝公民館 パソコンルーム
- 申込 必要
- 定員 10人(先着順)
- 費用 無料

**「盆おどりの体験会」**

どなたでも参加できます。小学生・中学生の参加大歓迎!!

**日時7/29(月)10:00~12:00**

- 会場 岡輝公民館 実技室
- 準備物 上履き(くつ下でも可)
- 申込 不要
- 主催 岡南学区婦人会

**Kパンみらい塾~小中学生夏休みの学習会~****8/5(月)、8/6(火)、8/8(木)、8/9(金)**

詳しくは各学校から配布される案内のプリントをご覧ください。ふるって参加してください。

**岡輝ふれあい元気教室(介護予防教室)**

「これでバッチリ!

ストレス・不眠を和らげる食事」

**日時 7/23(火)10:00~12:00**

- 会場 岡輝公民館 第1・第2講座室
- 対象 おおむね65歳以上の岡山市民の方
- 申込 不要(当日先着30人)
- 費用 無料

~岡輝ふれあい元気教室についてのお問い合わせ~

岡山市ふれあい介護予防センター北事務所

TEL086-251-6517 8:30~17:00(土・日・祝を除く)

**元気ハツラツ長生き岡輝21**

講演「ベジファースト上手な野菜のとり方」

**日時 9/30(月)13:30~15:00**

- 会場 岡輝公民館 第1・第2講座室
- 対象 清輝学区・岡南学区にお住いの方ならどなたでも
- 申込 必要
- 費用 無料
- 定員 50人(先着順)

**プラ資源回収のワンポイントアドバイス**

5月の「くらしの環境学」で、今年3月から始まったプラスチック資源の回収の現状について、中間処理施設の藤クリーンの職員の方にお話をうかがいました。

『徐々に回収量が増えてきたが、プラ資源ではないものが混入されているケースが目立ってきた。中でも、リチウム電池が発火して火災が発生したが、発見が早かったおかげで大事に至らなかった。選別作業は人の手で行っている。』とのことでした。作業に従事されている方々の安全のためにも、私たちが日頃から正しい分別を心がけましょう。

**<分別のチェックポイント>**

- ☞ カップ類は重ねない。ビニール袋は縛ったり束ねたりしない。はずしたりほどくときに手間がかかるため。
- ☞ プラ資源で出せる最小サイズは、ペットボトルのキャップの大きさまで。ペットボトルのキャップより小さいものは、ラインから落ちて燃えるゴミに出される。
- ☞ プラ資源の最大サイズは一辺が50cm以下。20リットルのごみ袋に入っても、広げた状態で一辺が50cmを超えるものはプラ資源には出せません。

**次号岡輝公民館だより(No.153)は、令和6年8月1日に発行予定です。****岡輝公民館の主催講座について**

- 以下のいずれかの方法でお申込みください。
- ②岡輝公民館へ来館、または電話(休館日、開館時間にご注意ください)
- ①岡輝公民館へ電子メールを送る(講座名、参加日、お名前、電話番号をお忘れなく)
- ※電子申請サービスでお申込みいただく講座もあります。

**岡輝公民館のホームページについて**

- 最新の情報は岡輝公民館のホームページをご覧ください。
- ①インターネットで「岡輝公民館ホームページ」と入力し検索。
- ②一覧にある「岡輝公民館トップページ」を開く。