

東山公民館だより

第122号 2024. 6. 1

発行 岡山市立東山公民館

住所 〒703-8282 岡山市中区平井四丁目13-33

TEL&FAX (086) 276-6202

eメールアドレス

higashiyamakouminkan@city.okayama.lg.jp

ホームページアドレス

<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010852.html>

ご来館の皆様へのお願い 公民館のご利用に際して、次のこと
にご理解とご協力をお願いします。

★申込みが必要な主催講座は、必ず事前に申し込んでください。申込みがない場合、当日のご参加をお断りすることがあります。また、FAX、eメールでの申込みは、館からの受付完了通知がない限り無効です。

★靴を脱いで入館していただきますので、なるべく**上履き・靴袋持参**でご来館ください(スリッパも用意しています)。

★**館内に飲物等の自動販売機はありません**(水筒やマイカップ持参でご利用いただく常温給水機は故障中です)。

東山公民館
eメールで東山公民館
ホームページ東山公民館
フェイスブック

東山ふれあい大学

概ね60歳以上の方を対象に開催しています。

【第2回】バスガイドさんが案内する 模擬体験旅行

(実際の旅行ではありません)

〈日 時〉6月11日(火)13時30分～15時30分

〈場 所〉東山公民館 第1・2講座室

〈講 師〉フリーバスガイド 岡村 真美 さん

〈申込み〉東山公民館に直接、又は電話で

〈定 員〉40人(申込み先着順) 〈参加費〉無料

【第3回】歌って脳トレーニング講座

〈日 時〉7月23日(火)13時30分～15時30分

〈場 所〉東山公民館 第1・2講座室

〈講 師〉一般社団法人

全国ゆうゆう塾

〈申込み〉6月11日から受付開始

東山公民館に直接又は電話で

〈定 員〉40人(申込み先着順) 〈参加費〉無料



東山ふれあい大学 in 旭東 Part1

落語を楽しもう

〈日 時〉7月2日(火)13時30分～15時30分

〈場 所〉旭東コミュニティハウス(小橋町2-4-34)

〈講 師〉噺の会じゅげむ 吉備家 めじろ さん 他

〈申込み〉6月11日から受付開始

東山公民館に直接又は電話で

〈定員〉30人(申込み先着順) 〈参加費〉無料

R6年度 東山ふれあい大学 年間計画

	日 時	内 容
1	5/14(火) 13:30～15:30	身近な浸水被害(内水)に 備える ※終了しました。
2	6/11(火) 13:30～15:30	バスガイドさんが案内する 模擬体験旅行
3	7/23(火) 13:30～15:30	歌って脳トレーニング講座
4	8/6(火) 13:30～15:30	落語を楽しもう
5	9/10(火) 13:30～15:30	相続相談
6	10/8(火) 9:00～17:00	研修旅行(美咲町) ※詳細は、後日ご案内します。
7	11/12(火) 13:30～15:30	三幡鉄道の歴史
8	12/10(火) 13:30～15:30	めざそう 快便・快腸生活
9	1/21(火) 13:30～15:30	新春コンサート～アコーディ オンと共に心に残る音楽を
10	2/18(火) 13:30～15:30	時事問題を説く

東山ふれあい大学 in 旭東

	日 時	内 容
1	7/2(火) 13:30～15:30	落語を楽しもう (会場:旭東コミュニティハウス)
2	9/27(金) 13:30～15:30	相続相談 (会場:福祉交流プラザ旭東)

◆開館時間 平日&土曜日 9時30分～21時 日曜日 9時30分～17時

◆休 館 日 水曜日・祝日・年末年始(水曜日が休館日の場合はその翌日も休館日となります。)

※暴風警報・大雪警報・特別警報(大雨)の発令時は業務停止になります。

東山ESDクラブ

6月 キャンドル★ナイト

たくさんのキャンドルを中庭に灯して、夏の夕べを公民館でゆったりと過ごしましょう。小・中・高校生ボランティア、東山ESDクラブメンバー、平井学区地域づくり会議のみなさんが企画した楽しいコーナーや、小学生店長によるフリーマーケット、バンダ・フィラルモニカ岡山(吹奏楽)による夕涼みコンサートなど盛りだくさん♥ ご家族みなさんでお越しください♪

☆小銭(10円玉・50円玉・100円玉)、エコバッグ、上履き、靴袋をご持参ください。

☆当日 15時から 19時までは駐車許可のない車の乗入・駐車をお控えください(駐車場整理係はいません。また、満車の際にご案内できる駐車場はありません)。

☆当日 15時以降図書コーナーはご利用いただけません。

〈日 時〉 6月22日(土)17時～19時
(16時30分から玄関外にて各コーナーのチケット販売や参加券の配布開始)

〈場 所〉 東山公民館 中庭、第1・2講座室、他
(雨天時は館内で行います)

〈内 容〉 エコキャンドルづくり、夕涼みコンサート、子どもフリーマーケット、割り箸鉄砲&射的(景品はリユース品など)、ヨーヨー釣り、お菓子釣り、つくって遊ぼう、ハーバリウムづくり、まとあて、パンと飲物の販売、大抽選会など。

※詳しい内容は、6月に学校などに配付するチラシに掲載してご案内します。



7月 スマホやネットの落とし穴

～クイズで学ぶ、危険を避けて上手に付き合うための五つの法則～

〈日時〉 7月27日(土)10時～12時

〈講師〉 筒井 愛知さん(大学・高校講師)

8月 戦争と平和を考える

～私の疎開体験から～

〈日時〉 8月3日(土)10時～12時

〈講師〉 石田 米子さん(元岡山大学教員)

※7月、8月の詳しい内容は、7月に学校などに配付するチラシに掲載してご案内します。

ひまわりサポーターズクラブ

～子どもたちの笑顔があふれる地域へ～

発達障がいに関する情報交換や勉強会をしています。興味関心のある方ならどなたでもどうぞ。日ごろの困りごと・悩み・疑問などを、同じような悩みをもつ様々な年代の人と語り合っ、心のモヤモヤを軽くしましょう。

〈定例会〉 原則毎月第4木曜日 10時～12時

*6月…27日 7月…25日

参加費 100円(飲物・菓子代/初参加の方は無料)

定例会は申込み不要(初めて参加される方は、日程確認のためご連絡ください)。

〈ひまサポ勉強会〉 8月3日(土)14時～16時

「足りない勉強家・タリーさんのものがたり～発達障がいなぼくの、これまでとこれから～」

講師:横路 悠平さん(保育士、元就労支援員)

☆申込み必要 ☆特製コーヒー・菓子代 300円(1杯)



♥こんなこともやってます! (詳しい内容・申込方法などは、そのつど公民館だよりやチラシでご案内します。)

☆季節ごとに子どもを交えた交流イベント

調理や工作を通じ、成功体験や保護者の気づきを!

☆交流ランチ会 お店?それとも、公民館でお弁当?

☆夜のひまサポ 日中にお仕事をしている方も参加できる夜の会。11月に予定しています。

*パソコン講座【主催】ITボランティア東山

パソコン教室

6月「Wordで夏のイラストを描きましょう」

〈日 時〉 6月10日・17日・24日 (全3回)

いずれも月曜日 10時～12時

〈申込み〉 必要【申し込み受付中、6月3日〆切】

〈定 員〉 10人(申込み先着順)

〈持ち物〉 参加費900円、筆記用具、パソコン(貸出あり)



パソコン塾〈6・7月〉

初心者歓迎!あなたの「パソコンでこんなことがしたい!」を応援します。私たちITボランティアと一緒に勉強しませんか。

〈日 時〉 6月10日・17日・24日、7月8日・22日

いずれも月曜日 13時～15時

〈参加費〉 1回300円 〈申込み〉 必要

リユースコーナー開設(期間限定)

「自分ではもう使わないけれど、きれいで気持ちよく使える」、そんな不用品を持ち寄って、必要とする人に有効に使っていただきましょう。



【リユースコーナー開設期間】

7月13日(土)9時30分～8月10日(土)16時

■ リユース品の持込期間は、開設初日の9時30分から終了前日の8月9日(金)16時までです。

■ 開設直後は持帰れるものがあまりありません。

【持込みの手順】

- ① 事務室窓口で持込登録票に記入して、受付番号と白い丸シールをもらう。
※以前開催したリユースコーナーに持込んだことがある人も、改めて登録票に記入してください。
※追加持込みする時は窓口でシールの追加をもらい、②③を行なってください。
- ② シールに自分の受付番号を書いて、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。

- ほしいリユース品があればご自由にお持帰りください。
- 次のものは持込不可です: **※使用済の下着、※電気製品(発火の恐れがあるため)、※食品、※飲料、※医薬品、※サプリメント、※化粧品、※危険な物、※汚い物、※再利用できない物、※不衛生な物、など。**
- 終了後、残った物は持込まれた方がお引き取りください(公民館から対象者にご連絡さしあげます)。
- 持込みの際に使われた袋、箱、ハンガーなどはお持ち帰りください。 ※ その他、不明な点は公民館まで。

みんなのカフェ

おいしいコーヒー・紅茶をいただきながら、楽しい手仕事タイムをごいっしょに過ごしましょう。

6月 観葉植物のミニ寄せ植え

〈日 時〉 6月21日(金)13時～15時
〈当日の持ち物〉 材料代250円(飲み物代 100円を含む)、持ち帰り用の袋、上履き(あれば)

〈定 員〉 10人(申込み先着順)
〈申込み〉 東山公民館に直接、又は電話で



毎月介護予防教室 【共催】岡山市ふれあい介護予防センター 東山いきいき教室

健康づくりと介護予防のための軽い運動と講話を、医療・福祉の専門職がお伝えします。地域の仲間と交流しながら、一緒に身体づくり・健康づくりを始めましょう! 〈事前申込不要〉

第3回 6月14日(金)10時～12時

「おおきく吸って吐いて～呼吸で姿勢を改善しよう～」

第4回 7月12日(金)10時～12時

「知ろう、舌の役割 始めよう、舌のトレーニング」

〈対 象〉 概ね 65 歳以上 〈参加費〉 無料
〈当日の持ち物〉 飲物、筆記用具、上履きと靴袋(なるべく)
* 毎回軽い運動を行いますので、動きやすい服装でおいでください。

* 内容についてのお問合せは、岡山市ふれあい介護予防センターまで (電話274-5211/8時半～17時、土・日・祝日を除く)



多様な視点を取り入れた防災減災

さんかくウィーク 2024 公民館行事

【共催】 平井学区愛育委員会

災害への備えについて学びを深めるとともに、いざという災害時にどのような立場の人でも安心して避難生活を送るために、多様な視点を取り入れた防災減災について考えてみましょう。

〈日 時〉 6月20日(木)10時～11時30分

〈場 所〉 東山公民館 第1・2講座室
〈講 師〉 小林 鈴代さん(防災士・産業カウンセラー)
〈定 員〉 40人(申込み先着順)

〈参加費〉 無料
〈申込み〉 東山公民館に直接、又は電話で



パネル展「誰一人取り残さないジェンダーの視点で考える防災」も合わせてご覧ください

★開催期間: 6/8(土)～6/20(木)

夏休み子ども向け講座(予告)

夏休み期間に小学生を対象に「夏休みキッズひろば」「夏休みクラブ講座チャレンジ」「夏休み子供勉強教室」などを企画しています。詳しくは学校を通じてチラシを配付します。お楽しみに★

東山★親子でしぜん体験



ナイトトラップ

～どんな虫がいるのかな?～



①準備編 自作のトラップを仕掛けよう

〈日時〉 7月27日(土)

9時45分集合～11時頃

②観察編 トラップに掛かった虫を採集・観察しよう

〈日時〉 7月27日(土)20時集合～21時頃

①②ともに

〈集合場所〉 成徳学校運動場 〈講師〉 地域の方

〈対象〉 小学生とその保護者 〈定員〉 10組

〈参加費〉 1人 100円(保険代等)

〈その他〉 雨天中止

※天候不良による中止の場合、参加費の返金は不可
〈申込み〉 6月22日(土)9:30以降に、参加費を添

えて東山公民館窓口に直接

※詳しくは、学校に配布するチラシでご案内します。

ADRA Japan 「国際 NGO の活動を通して 見る世界～災害と向き合う～」パネル展

今、世界では何が起きているのかを、マスメディアに取り上げられることのない角度から紹介します。災害が起こるとどのような状態になるのか、どのように乗り越えていくのか、写真から想いを馳せることで、国内外の問題を身近に感じる機会になると思います。

〈期間〉 6月25日(火)～7月8日(月)

〈場所〉 東山公民館 ロビー

岡山市家庭ごみ ごみ減量・リサイクルガイド

「ど～すりゃ～ええ?」

最新版を差し上げます

令和6年3月に発行された上記ガイドの最新版を差し上げています。事務室カウンターに置いてありますので、ご自由にお持ちください。館の在庫がなくなり次第終了しますので、お早めどうぞ。



☆「ど～すりゃ～ええ?」掲載内容の問合せ先

岡山市環境事業課(電話 803-1321)

【主催】平井学区地域づくり会議

オレンジカフェひらい



どなたでも参加できる、認知症予防を目的としたカフェです♪ おいしいホットコーヒーをいただきながら、みんなで楽しく過ごしましょう。お気軽にご参加ください。

6月 6月15日(土)11時～12時

ペタンクをやってみよう

ペタンクが初めての方も、経験者の方にとっても、軽い運動の良い機会になります。経験豊富なオレンジカフェの講師が、親切に指導してくれます。

〈指導〉 オレンジカフェ役員の入江さん他

7月 7月13日(土)11時～12時

7月恒例の「七夕飾り」を作ります

オレンジカフェ7月の恒例イベントになった「七夕飾り」を作ります。地元の方からいただいた笹を使ってみんなで協力して紙飾りや、折り紙そして願い事を書いた短冊を笹に飾ります。出来上がった「七夕飾り」は、東山公民館のロビーに飾ります。

〈講師〉 オレンジカフェ役員

※6月7月とも

〈会場〉 第1・第2講座室

〈定員〉 40人(申込み先着順)

〈参加費〉 当日集金 100円(飲み物代)

〈申込み〉 東山公民館に直接または電話で



7月 学生たちによる「健康フェア」開催

7月恒例になった、山陽学園大学看護学部保健師課程の4年生による「健康フェア」を開催します。

保健師を目指す若者たちが、地域の高齢者に向けてわかりやすい健康講座を開いてくれます。

看護学科の学生さんたちによるお話と私たち参加者との質疑応答で、特に高齢者に対する健康問題を勉強します。

〈日時〉 7月11日(木)10時～12時

〈会場〉 東山公民館第1・第2講座室

〈定員・申込〉40人・東山公民館に直接・電話で

※開始時間は10時からです。注意してください。

6月・7月の公民館休館日

6月の休館日 5日、12日、19日、26日

7月の休館日 3日、10日、15日、17日、24日、31日

☆次回の東山公民館だよりは、8月1日発行予定です☆

★東山公民館メールアドレス higashiyamakouminkan@city.okayama.lg.jp



←東山公民館
へのメール
はこちらから