

令和7年度 クラブ講座案内

◇クラブ講座の活動内容、準備物等についての詳細は、御津公民館までお尋ねください。
◇無料で体験・見学ができます！活動日が変更になっている可能性がありますので、見学の際は事前に公民館へお問い合わせください。

令和7年4月1日現在

No	講座名	活動日	講師	月額受講料
1	詩吟クラブ	第2・4月曜 10:00~12:00	成平 梨泉	1,000円
2	3B体操 姫ちゃん	第1・3月曜 10:00~11:30	松下 淑子	1,000円
3	健康教室 にこにこ会Ⅰ	第1・4月曜 10:00~12:00	—	—
4	健康教室 にこにこ会Ⅱ	第2・4月曜 10:00~12:00	—	—
5	琴修会大正琴 しらゆりの会	第1・3月曜 9:30~11:00	高山由美子	1,000円
6	キッズダンスA (年長~小学2年生)	第1・3月曜 16:30~17:20	安井麻里亜	1,000円
7	キッズダンスB (小学3~6年生)	第1・3月曜 18:00~19:00	安井麻里亜	1,000円
8	民謡奏子会	第1・3月曜 18:00~20:00	中田 泰子	1,000円
9	ズンバ御津 A	第1・3月曜 13:00~14:00	増本 真由美	1回500円
10	ズンバ御津 B	第2・4月曜 13:00~14:00	増本 真由美	1回500円
11	「源氏物語」を楽しむ会	第1火10:00~12:00 第3月13:00~15:00	中山 美保	1,000円
12	太極拳	第1・3火曜 10:00~12:00	多田 玉恵	1,000円
13	御津朗読グループ 「ブックブック」	第1・4火曜 13:00~15:00	沖田 喜一	500円
14	ろしやうぎんえいかい 鷺照吟詠会(詩吟)	第2・4火曜 13:00~15:00	大取 鷺照	1000円
15	誰でもできる 簡単マジック教室	第3火曜 10:00~12:00	小川 浩	500円
16	ふるさと合唱隊	第3火曜 13:30~17:30	西井 久恵	500円
17	写真クラブ	第1木曜 13:00~15:00	—	—
18	童謡・唱歌を歌う会	第1・3木曜 10:00~11:30	大村由美子	1,000円
19	音楽グループ 和音アップダウン	第2・4木曜 10:00~12:00	大村由美子	1,000円
20	初歩からのパソコン塾	第2・4木曜 13:00~15:00	西井 慶子	500円
21	ヴォーカルグループ ハートtoハート	第2・4木曜 19:00~21:00	堀川登士子	1,000円
22	楽しい絵手紙みつ	第2・4木曜 10:00~12:00	広瀬かおり	1,000円
23	JSAボールエクササイズ	第2・4木曜 10:00~11:00	原田 真理子	1,000円
24	大人のための ピアノレッスン	第1・3金曜 9:30~11:30	浦上 美穂 是近 紀子	1,000円
25	スマイルみつ(フラダンス)	第1・3金曜 13:00~15:00	木口 好	700円
26	はじめての からだ改善ヨガ	第2・3金曜 10:00~11:30	玉井 智恵	1,000円
27	低学年のための スキルケア	第3金曜 16:30~18:30	村松 幸代 田口 紀子	500円
28	シニア・女性・初級者に やさしいゴルフ教室	第3金曜 9:00~16:00	宮武 数行 丹原 荘八	500円
29	水墨画教室(遊墨会)	第4金曜 10:00~15:00	寺島 尚子	1,000円
30	スポーツウェルネス吹矢	第1・2土曜 15:30~17:30	土井 悦子	—
31	手編み	第1・3土曜 13:00~15:00	戸川 好江	1回500円
32	御津リコーダークラブ	第1・3土曜 15:30~17:30	—	—
33	みつバドミントンクラブ	第1・3土曜 10:00~12:00	—	—
34	みつスポーツチャンバラ	第2・4土曜 19:00~20:30	—	—
35	こども英会話教室A (年中~小学2年生)	第2・4土曜 15:30~16:30	江田 ジェニファー	1,000円
36	こども英会話教室B (小学3~6年生)	第2・4土曜 16:30~17:30	江田 ジェニファー	1,000円
37	習字教室A	第2・4土曜 10:00~12:00	香山 栢滂	1,000円
38	習字教室B	第2・4土曜 13:00~15:00	香山 栢滂	1,000円
39	初歩からの卓球教室	第2・4土曜 10:00~12:00	牧野 彰介	大人500円 小人200円
40	ナチュラル染色 「あゐ」の会(午前)	第2・4土曜 10:00~12:00	松本 道子	500円
41	ナチュラル染色 「あゐ」の会	第2・4土曜 13:00~15:00	松本 道子	1,000円
42	みつ楽々将棋教室	第2・4土曜 13:00~15:00	日本将棋連盟 講師	年1,000円
43	みつジュニア3B体操	第2・4土曜 16:00~17:00	松下 淑子	1,000円
44	STMフィットネス	第2・4土曜 19:30~20:30	中村 知枝	1,000円
45	3B体操 ピーチエンジェル	第1・3土曜 18:30~20:30	平川 宮子	1,000円
46	こどもの茶道 表千家	第3土曜 10:00~12:00	安信 霜香	500円
47	フローラル みつ(合唱)	第4土曜 13:30~15:30	二宮 みのる	500円
48	きもの教室	第2火 18:00~20:00 第4日 9:30~11:30	檜村紀世子	1回500円

令和7年度「第48回御津公民館祭り・獅子舞フェスタ」の日程が 11月1日(土)・2日(日)に決まりました。お楽しみに!!



御津公民館だより

岡山市立御津公民館
〒709-2121 岡山市北区御津宇垣1629番地
TEL (086) 724-1441
FAX (086) 724-1666
Eメール mitsukoumin@city.okayama.lg.jp

ホームページ <https://www.city.okayama.jp/shisei/000010898.html>

5月24日「音楽と青空市」今年も開催♪

御津公民館物語
2025.4月 No.92

今日は二つも
いじりごとがあたね
チユリツツが
咲いているわ
きれいなえ

何だか気分が
前向きになるんだって
新年度スタート

はりきって
いきますよっ

スケジュール帳の
自由記入欄に
一つか二つ
今日のよかったことを
書いていくと...

このイチゴ
甘しい!
タイムサービスタったのに
ラッキーだわ

御津公民館
ホームページ

Facebook

Instagram

©MITSUKOUMINKAN

御津の歴史講座①

「松田と松田氏」 ～ルーツをたずねて～

御津金川城を本拠地とした有力国人「金川松田氏」。先祖が鎌倉武士の松田氏で、神奈川県足柄上郡松田町にルーツがあります。遠く備前の地に根をはった松田氏。今回の講座では、先祖の地、相模松田町の講師から備前の皆様に、そのゆかりについてお話いただきます。

【日 時】4月5日(土) 13:30~15:00
【講 師】元松田町文化財保護委員
現神奈川県立秦野総合高等学校教諭
遠藤 孝典 先生

【定 員】先着50名程度
【参加費】無料
【申 込】御津公民館窓口か電話で受付

「春の花で寄せ植えづくり」

ミニバラを主体に、春から初夏にかけて楽しめるおしゃれな寄せ植えをつくります。使用するミニバラや宿根草は庭や鉢植えで長く楽しめます。

【日 時】4月22日(火) 13:30~15:00
【講 師】岡山市公園協会
【持ち物】筆記用具・ビニール袋・持ち帰り用袋
【申 込】4月1日(火)より先着順
【定 員】12名
【参加費】2000円

公民館が無料出張します！

準備できていますか？

普段なかなか公民館まで来ることができない人のために、公民館が地域の皆さんのところへ無料で出張します

申込期間：4月1日(火)～18日(金)

【メニュー】①～⑤の中から第2希望までお選びください
所要時間は全講座60分程度です

- ①座ってヨーガ 講師 OSK スポーツクラブ
イスに座って無理なく体を動かそう！
 - ②ボールエクササイズ 講師 原田 真理子さん
運動が苦手な方おすすめ！小さなフニャフニャボールで揺れるだけ。簡単に姿勢がシャキーン！
 - ③マジックショー 講師 公民館クラブ生
誰でもできる簡単マジックショー！みんなで楽しもう！
 - ④リンパマッサージで健康な身体づくり
講師 楠木 恵里奈さん
リンパ体操とストレッチで健康な身体づくりをしましょう！
 - ⑤みんなで楽しく歌おう！ 講師 是近 紀子さん
童謡唱歌、昭和歌謡でリフレッシュ！
みんなで楽しく盛り上がりよう！
- 【実施期間】6月～3月頃(日程は要相談)
【応募条件】
・募集は15組程度 ・御津在住の5人以上のグループ
*申込が定員を超える場合は、新規利用団体を優先します
【申込】申込書を公民館窓口持参かFAX(724-1666)で

御津ふれあい元気教室

対象：おおむね65歳以上の岡山市民
【日時】*時間10:00～12:00 *定員各50人程度
◆4月21日(月)
「フレイル予防で健やかな身体づくり」
◆5月19日(月)
「笑って！考えて！ニュースポーツに挑戦」
【申込】事前申し込みは不要
【持ち物】筆記用具・水分補給ができるもの
【主催】岡山市ふれあい介護予防センター
【共催】御津公民館
※教室当日は時間の余裕をもって参加してください。

スマホ相談室

【日時】4月15日(火)13:30～15:00 スマホ体験<1>
5月13日(火)13:30～15:00 LINE<基礎>
※各講座後に相談室あり。疑問点をお尋ねください。
【講師】ソフトバンクスマホアドバイザー
【参加費】無料・前日までに申し込みください
*スマホをお持ちでない方も参加いただけます



介護・認知症ケア講座

～介護・認知症の正しい理解～

誰しも、いつ自分や家族の介護・認知症に出くわすかわかりません！そうなる前から慌てないために、まずは、介護が必要となった時のため、『知ること』『準備すること』『話をする』から始めましょう

※各回、ゲームなども交え、楽しく分かりやすくお話いただく予定です

【日時】第1回：4月11日(金)10:00～12:00
第2回：5月9日(金)10:00～12:00
(第1・2講座室)

☆4月～12月まで毎月第2金曜日午前開講予定！☆

【講師】おかやま enjoy care 大島 千絵さん
岡林 悠稀さん

講師の先生は特別養護老人ホームや認知症専門施設での勤務経験の豊富な方々です。当日質問コーナーも設ける予定です
【対象・定員】興味のある方なら年齢不問 40名程度
【参加費】無料
【申込】公民館窓口または電話で受付

みつこっこ・ぴよ

【日時・内容】*時間はいずれの日も10:00～11:00
◆4月22日(火)春のおさんぽ♪
*近くの河川敷におさんぽの予定。雨天は支援センター内で活動。
◆5月20日(火)親子体操①(講師：楠木 恵里奈さん)
【参加費】無料
【対象・定員】就園前の子どもと保護者10組程度
【会場】御津金川地域子育て支援センター(御津金川476)
【申込】前日までに御津金川地域子育て支援センターへ(電話：724-1690)

スマイル・カフェ

誰もが気軽につどい、利用できる「出会い」と「つながり」をつくる、笑顔あふれるカフェ(スマイル・カフェ)です
おいしい月替わりスイーツもあります

【日時】
◆4月4日(金)13:00～15:00「さくらカフェ」
☆お菓子は マドレーヌ
◆5月2日(金)13:00～15:00
「青空カフェ」&御津のバンド「ノスタルジー・メッセンジャーズ」の演奏会
☆お菓子は ベルギーワッフル
【メニュー】
コーヒー・紅茶 各200円
お菓子のみ 300円
お菓子セット 450円



写真は3月のお菓子クレープとひなあられ

大人のための名画鑑賞会

【日時・内容】 *参加費無料
◆4月18日(金)10:00～12:00 14:00～16:00
「ずぶぬれて犬ころ」(2018年・日本映画)100分
夭逝した岡山市出身の俳人、住宅顕信(すみたくけんしん)の生きざまを描いた作品

◆5月17日(土)10:00～12:00 14:00～16:00
「綾小路きみまろ爆笑エキサイトライブビデオ
～中高年よ！大志を抱け～」
(2004年制作)85分



【会場】視聴覚室 【共催】御津図書館
【申込】当日受付(用紙に氏名と連絡先を記入)

みつふるさと探検隊

～ゆたかなふるさと御津の自然を感じよう～

【対象】子ども～大人まで *小学3年生以下は保護者同伴
【講師】橋本 智明さん(岡山県自然保護推進員)
【参加費】年間：保険代100円(子どものみ)
材料代は必要な回のみ(子ども・保護者)
【持参物】詳細は別途配布のチラシをご参照下さい。
【申込】4/28(火)までに公民館窓口で
*日時・内容については変更することがあります

回	日時	内容
1	5/10(土) 10～12時	野草を食べよう ～野草を天ぷらにして自然の恵みを味わおう～
2	5/31(土) 19～20時半	ホタルと夜のいきもの観察会 ★保護者同伴です(雨天時は中止)
3	7/6(日) 9～11時	川の魚やいきものみつけ ～魚・サワガニ・水生昆虫をさがそう～
4	8/30(土) 10～12時	ピタゴラススイッチを作ろう
5	9/28(日) 10～12時	秋の昆虫みつけ 竹ざおで魚釣り大会
6	10/18(土) 10～12時	サバイバル体験をしてみよう
7	11/1(土) 10～15時	公民館祭りに出店しよう
8	12/7(日) 10～15時	妙見山を登りながら自然観察をしよう
9	1/18(日) 10～12時	初めての人向けの野鳥観察会 ★一般の方の参加も可能です
10	2/15(日) 10～12時	鳥の巣箱作りと巣箱掛け 竹や木の実で遊び道具をつくろう
11	3/15(日) 10～12時	早春の生き物探し ～「森の妖精」が見つかるかな～

御津いきいき大学

楽しみながら学び、生きがいづくり・仲間づくりをしましょう！

【対象】原則として60歳以上の方100名程度
【参加費】100円/1回 *実費が必要な回があります
【その他】*地区の当番(受付・会場の片付け)有り
*5回以上の参加者には最後に参加賞有り
*日時・内容は変更することがあります

回	日時	内容
1	5/30(金) 10～12時	開講式&講演「時事問題から学ぶ」
2	6/27(金) 10～12時	パンフルートがつなぐ人と人の心 (オープンキャンパス・体験会)
3	7/25(金) 10:30～12時	元家庭裁判所書記官が語る 裁判所の話
4	8/22(金) 10～12時	健康よろず講座 ～医療スタッフが、日ごろの？にお答えします！～
5	9/26(金) 10～12時	ミニミニ運動会
6	10/24(金) 10～12時	オカリナを聴こう (オープンキャンパス・体験会)
7	11/28(金) 8～17時	研修旅行 神戸どうぶつ王国
8	12/19(金) 10～12時	クリスマスリースを作ろう
9	1/23(金) 10～12時	なぜ、岡山市にオリエント美術館が必要なのか？
10	2/27(金) 10:30～12時	音楽で人と地域を元気に&閉講式

貸室予約がスマホやパソコンからできるようになります。

◆令和7年4月3日(木)9:30～
従来通り、窓口や電話での申し込みも可能です。
予約可能な時間帯が、公民館の開館時間に限定されるなどの制約がありますが、右の二次元コードで新システムの説明を読むことができます。
お問い合わせは御津公民館まで！



御津図書館からのお知らせ

ゴールデンウィーク期間中は、以下の日程で休館いたします
◆休館：4月28日(月)、29日(火)、5月3日(土)～6日(火)
休館中の返却は、返却ポストにお返しく下さい。
また、5月10日(土)の拡大版おはなし会は、ボランティアグループの方々が、大型紙芝居、読み聞かせ、パネルシアター、工作などをしてくださいます。ぜひご参加ください。