

# 上南だより

第427号

2025. 3. 1 発行

岡山市立上南公民館

〒704-8166 岡山市東区君津636

H P <https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010910.html>  
 E-mail [jounankouminkan@city.okayama.lg.jp](mailto:jounankouminkan@city.okayama.lg.jp)  
 Facebook <http://www.facebook.com/JounanKouminkan/>



H P



Facebook

## 第47回 上南公民館まつり

※3月7日(金)~3月9日(日)の期間は、クラブ講座、  
 室貸与、図書の貸出等の通常業務を停止します。

公民館クラブ生・地域で活動されている団体・上南中学校生徒のみなさんの  
 活動の成果をどうぞご覧ください！健康づくりコーナーも開催します。



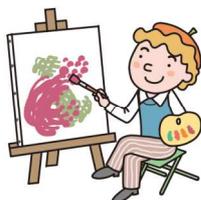
日時：令和7年3月8日(土) 10時~16時  
 3月9日(日) 10時~15時

★会場の剣道練習場に入るために  
 上履き(スリッパ)をご持参ください。

場所：岡山市立上南公民館(岡山市東区君津636)

作品展示 3月8日(土)~9日(日)会場：本館 実技発表 3月9日(日)会場：剣道練習場

絵手紙
子どものための模型会
写真
習字教室・大人のための実用の書
上南俳句会
水彩画
短歌
陶芸
フラワーアレンジクラブ
3B体操(シニア・昼)
ノルディックウォーク
上南中学校生徒の作品展示(美術部)
上南地域づくり会議の展示
主催事業・クラブ紹介等のパネル展示



時間	クラブ・団体名
10:00~	開会
10:03~10:33	ゆきんこ 大正琴(遊琴子)
10:33~11:00	太極拳
11:03~11:30	民謡
11:33~12:00	上南中学校音楽部&上南ウインズ
12:00~12:45	一休憩一
12:45~13:12	上南音楽クラブ
13:15~13:30	ジャグリング
13:33~14:00	上南フォークダンス
14:03~14:20	南京玉すだれ
14:20~	閉会



### お茶席・健康づくりコーナー 喫茶・体験コーナー・バザー など

- ★お茶席(会場：1F 図書コーナー)  
 8日(土) 10:00~15:00  
 お茶席券1枚400円 イス席 30人分限定  
 (当日受付で販売 - お菓子がなくなり次第終了)
- ★喫茶コーナー(会場：2F 料理講座室)  
 9日(日) 10:00~15:00 岡山友の会  
 販売：コーヒー100円、クッキー300円 他  
 (売り切れ次第終了 岡山友の会の展示もあり)
- ★バザー(会場：2F 美術工芸室)  
 陶芸(8・9日) フラワーアレンジクラブ(9日) ※バザーはなくなり次第終了となります。



- ★健康づくりコーナー(会場：剣道練習場)  
 8日(土) 10:00~12:00 ※詳細は2面参照

- ★体験コーナー(会場：1F 福祉室)  
 9日(日) 10:00~11:00 古典の遊び

どうせんきょう  
 投扇興を体験しませんか?



★駐車場の混雑が予想されます。臨時駐車場については公民館に置いてあるチラシをご覧ください。

【公民館からのお知らせ】※3月7日(金)は19時閉館、3月8日(土)は17時閉館となりますのでご注意ください。

上南公民館だよりは毎月発行しており、各町内会長様のご厚意で上南地区全戸に配布していただいています。  
 いつもご協力をありがとうございます。

主催/政田学区健康市民おかやま21協議会・ヘルスタウンかいせい21

# 第47回 上南公民館まつり 健康づくりコーナー

健康について楽しく学び、役立つ体験ができます。ぜひご来場ください！



桃太郎のまち  
健康推進 応援団



○日時：令和7年3月8日（土）

10:00~12:00 (9:45受付開始)

○場所：上南公民館 剣道練習場

○内容：10:00~10:10 【OKAYAMA! 市民体操】

10:10~10:20 【あっ晴れ! もも太郎体操】

~あっ晴れ! もも太郎体操の中からお口の体操を中心に行ってみましょう!~

10:20~12:00 【体験コーナー】

シールラリーと  
景品を用意しています!

## ・栄養コーナー

(栄養士、栄養委員)食品・料理サンプルを選んで、のせて、サツと!

結果がわかるあなたの食事の栄養バランスをチェックしてみよう!

## ・骨の健康チェックコーナー

(株式会社明治・株式会社明乳近藤)



## ・ベジチェックコーナー

(明治安田生命保険相互会社 岡山支社 山陽営業所)

## ・血管年齢測定、がん予防啓発コーナー

(愛育委員) 自分の生活習慣をふりかえってみましょう!



## ・パタカ測定、相談コーナー

(ふれあい介護予防センター、東区地域包括支援センター)

※時間に限りがありますので、希望者が多い場合、体験していただく時間帯の指定や人数制限をさせていただきます。

## 主催講座のご案内

\* 締切日までに申込みをしてください。

上南シネマ どなたでもお気軽に、映画館気分!

### 「ポテチ」

伊坂幸太郎の同名小説を映画化。濱田岳主演。

日時 3月3日(月) 13:30~14:40

作品 2012年 68分 日本

定員 30人 切 3月2日(日)



## パソコン相談&学習ルーム

パソコンに関する相談にボランティアが対応します。

日時 3月13日(木) 13:30~15:00

受講料 無料 申込 不要

講師 パソコンサークル上南

持ち物 筆記用具、ご自分のノートパソコン(出来る限り)

※相談についてボランティアでも対応しかねる場合がありますので、ご了承ください。



## 健康ウォーキング

### 神崎梅園散策~春を感じよう~



日時 3月11日(火) 10:00~12:00(雨天中止)

集合 上南公民館 9:40(梅園まで車でいきます)

内容 駐車場~神崎梅園展望台・梅園~梅園駐車場  
(現地解散)

持ち物 動きやすい服装、靴、飲み物など

参加費 無料 切 3月10日(月)

## 公民館カフェ(3月・4月)

日時 3月14日(金) 10:00~12:00の間

4月4日(金) 10:00~12:00の間

内容 お好きな時間にお越しいただき、ゆったりおしゃべりなどしながらお過ごしください。

場所 小会議室

お茶代 100円(コーヒー、紅茶、お茶など)

おかわり自由・一口チョコつき



休館日：毎週水曜日と祝日、(3月5日、12日、19日、20日、26日)

開館時間：(平日) 9:30~21:00 (日曜) 9:30~17:00

### 上南いきいき教室

どなたでもお気軽にご参加ください。

日時 3月18日(火) 14:00~16:00  
 内容 誤嚥性肺炎予防の新習慣  
 「長生きうがい」  
 講師 岡山市ふれあい介護予防センター  
 対象 おおむね65歳以上の岡山市民  
 持ち物 筆記用具、水分補給ができるもの  
 参加費 無料 申込 不要



### オレンジクローバーの会

(発達障害についての学習・情報交換と交流の場所)

日時 3月24日(月) 10:00~12:00  
 内容 座談会

#### 今困っていることを話しませんか

—就労、SNS、人間関係 など—

対象 関心のある方どなたでも  
 定員 20人 参加費 無料  
 持ち物 筆記用具、飲み物  
 切 3月22日(土)



### あつ晴れ! もも太郎体操「若返会」

わかがりかい

ほとんど椅子に座っての約50分の体操です。地域のみなさんと一緒に続けてみませんか。いつからでも参加できます。

実施日 毎週金曜日の 9時30分~  
 3月14日、21日、28日  
 (3/7は公民館まつり準備のため中止)  
 4月4日、11日、18日、25日

場所  
1階ロビー

持ち物 動きやすい服装、水分補給用の飲み物  
 ※申込不要。初回のみ参加票に記入していただきます。

### ロビー展 山口勝也 色鉛筆画展

期間 2月22日(土)~3月4日(火)  
 内容 山南公民館クラブ講座「色鉛筆画」講師の作品展示です。梅が咲く風景を描いた緻密な色鉛筆画をぜひ観に来てください。



### 文学のまち上南

#### 文学鑑賞講座「源氏物語」R7受講生募集!

全54帖からなる源氏物語、原文に触れてその良さをじっくり味わってみませんか。受講生を募集します。

日時 第1金曜日 13:30~16:00(原則)  
 (1月、3月は第2金曜日)

4月4日、5月2日、6月6日、  
 7月4日、8月1日、9月5日、  
 10月3日、11月7日、12月5日、  
 1月9日、2月6日、3月13日



内容 12帖「須磨」(全54帖)から順に読み進めます。  
 講師 藤原斌さん(元高校国語教師)  
 受講料 3,600円(全12回分) ※初回に集金します。  
 対象 興味のある方ならどなたでも  
 持ち物 筆記用具、飲み物  
 定員 20人  
 切 初回:4月3日(木) 5月以降各回前日まで  
 ※継続の方も改めてお申込みください。

上南今昔絵図第2版~沖新田八十八ヶ所札所巡り~

### 「沖新田物語」公演 一沖新田干拓から333年目にふさわしい行事として一

令和7年が明けて間もない1月18日、上南中学校の体育館で、沖新田干拓から333年目にふさわしく、沖田姫と津田永忠の物語が上演されました。当日は、450人もの観客と舞台の上の役者たちの心が一体になり、会場のあふれんばかりの熱気が沖新田一帯を揺るがしたのではないかとさえ感じました。



「遠き祖先のたまわれる 美田はるけく垂るる穂よ・・・」と上南中学校の校歌にも歌われているとおり、現在は見渡す限り美しい稲穂が風にそよいでいる田んぼも、児島湾を干拓してできた当時は、掘れば塩水しか湧かない不毛にも思えた土地でした。

その地を何代にもわたって耕し、苦難の果てに現在まで命を脈々とつないでくれた祖先に対し、今を生きる私たちには何ができるのでしょうか。

その問いかけに答えるように、上南中学校の生徒たちは全校で沖新田を巡り、地元の人たちに問いかけを発し、この答えを発見したようです。それが、「沖新田物語」の劇と「記念動画」に結実しました。

当日、舞台上上がった生徒からも、同級生の熱演を観た生徒からも「今、ここに住むことができ、この学校に通うことができ、特別感を感じました。校歌を歌うときも、このことを思い浮かべながら歌いたい」との熱い感想が聞かれました。

舞台から数日後、山陽新聞にこの公演を観られた沖新田出身の大人の方から「自分が生まれた沖新田は、田んぼ以外に何にも無いところだと思って育った。中学生の頃に、もしこの劇を観ていたら故郷を捨てなかったかもしれない」という投稿がありました。

現在という恵まれた時代の沖新田に生を受けた私たちの使命として、祖先から受け継いだ「新田魂」を次の世代に確実に伝えていくことを一人ひとりのミッションにしてはどうでしょうか。

そして、今回の記念行事の小泉実行委員長さんの言葉「今から50年後の100周年のときに、ここにいる中学生の皆さんがその節目の年に『沖新田物語』を上演して次の世代に受け継いでいってもらいたい」が実現することを祈念します。

文:「上南歴史を伝える会」奥山玲子

# 令和7年度 クラブ講座案内

まずは見学から、お気軽にどうぞ！  (令和7年3月1日時点)

クラブ名	講師名	活動日	受講料 (月額)
月 曜 日			
3B体操(シニア)	中杉こずえ	1・2・3・4月 13:00~15:00	2000円
ヨガ	遠藤 優子	2・4月 13:00~15:00	1000円
火 曜 日			
太極拳	益田三和子	1・3火 10:00~11:30	1000円
水彩画	三輪 一登	2・4火 10:00~12:00	1000円
上南俳句会	渡邊 悦古	1火 13:00~16:00	500円
習字教室 ~こどもから大人まで~	岡崎 千秋	1・2・3火 17:00~19:00	1500円
木 曜 日			
3B体操(昼)	中杉こずえ	1・2・3・4木 10:00~11:30	2000円
着 付	藤原 生子	3木 10:00~12:00	500円
短 歌	濱田 棟人	3木 13:30~15:30	500円
絵手紙	浅野勢津子	3木 13:30~15:30	500円

クラブ名	講師名	活動日	受講料 (月額)
金 曜 日			
上南フォークダンス	前原 祥子	1・2・4金 10:00~12:00	1000円
写 真	—	2・4金 10:00~12:00	—
古典の遊び	高橋 暁美	3金 10:00~12:00	500円
ノルディックウォーク	中尾 範雅	4金 10:00~12:00	—
民 謡	吉形 幸子	2・4金 13:30~15:30	1000円
とにかく園芸	—	4金 13:30~15:30	—
土 曜 日			
パソコンワード	前川 悦子	1・3土 10:00~12:00	1000円
茶 道	中級	1土 14:00~17:00	500円
	初級	2・4土 14:00~16:30	1000円
剣詩舞	片岡 象真	1・3土 15:00~16:30	1000円
フラワーアレンジ クラブ	奥山えり子	2土 15:00~18:00	500円
そば打ちクラブ	石田 章	3土 13:30~16:00	500円
上南音楽クラブ	—	2・4土 18:00~20:00	—
日 曜 日			
子どものための模型会	松繁 一輝 他	1日 9:30~17:00	—
囲 碁	—	1・2・3・4日 13:00~15:00	—
陶 芸	—	2・4日 15:00~17:00	—
上南剣友会	川田桂四朗	1・2・3・4日 16:30~18:30	—

- ・ 令和7年4月から活動するクラブの一覧です。
- ・ 月額受講料の他、別途材料費等の実費が必要な場合があります。
- ・ 興味のある活動があれば見学ができます。活動日を変更される場合がありますので、見学希望の方は事前に公民館にご連絡ください。
- ・ 上南公民館では年間通して新規クラブ開設の相談を受け付けております。お気軽にお問合せください。

## 写真でみるKouminkan

みんなあつまれ！(2/8)



中学生のボランティアと一緒に豚汁を調理しています。おいしかったです！

政田地区、開成地区民生委員・児童委員協議会さんには、ペタンクを教えてもらいながら、地域の人や小学生、中学生と一緒にプレーしました。ブロック対抗チーム戦で大変盛り上がりしました。また、栄養改善協議会のみなさんは、豚汁とおにぎりの用意をしてくださいました。温かい食事とともに、ペタンクでの健闘をたたえ合いながら交流を深めました。企画・運営から食材の提供、参加賞、賞品の準備等、ご協力いただいた各協議会のみなさん、ありがとうございました。

