

# 瀬戸公民館だより

★出会う ★つながる ★学び合う ★活躍する

No. 149 令和5年(2023)9月1日号

■発行■  
岡山市立瀬戸公民館  
〒709-0861 岡山市東区  
瀬戸町瀬戸54-1

☎086-952-4146 ㊟086-952-4163

【メールアドレス】setokoumin@city.okayama.lg.jp

開館時間 9:30~21:00 水曜日・祝日休館  
(日曜日は17:00まで) (水曜が祝日の場合は翌日木曜も休館)

## せと\*オトナの夜学 ダンスエクササイズZumba(ズンバ)体験

### 民族音楽に合わせて踊るエクササイズでダイエット!!

- ★日時: 10/27(金)・11/17(金) 19:00~20:30
- ★定員等: 高校生以上の方10名(先着順)
- ★講師: 増本 真由美 さん(Zumbaインストラクター)
- ★服装等: 動きやすい服装&くつ、飲料、ヨガマット(またはバスタオル)
- ★その他: 館内に更衣スペースを設けます
- ★申込: 8/25(金)から受付中(来館または電話)

要申込

## 初心者のための パソコン相談室

- ★日時: 9/28(木)  
①10:00~10:45 ②10:45~11:30
- ★定員: ①②各2名(先着順) ★申込締切: 9/24(日)

※機器の故障修理は不可。内容によっては対応できない場合があります。

パソコン  
ボランティアが  
丁寧にサポート。

要申込

## 瀬戸町生きもの探偵団

### 秋の鳴く虫たちを見つけてみよう!

- ★日時: 10/7(土) 17:30~19:00
- ★集合: 瀬戸町総合運動公園 芝生広場駐車場
- ★講師: 村上 勇さん(岡山県自然保護推進員)
- ★定員: 30名(先着順) (小学生は保護者同伴参加)
- ★参加費: 1名につき50円 ★申込締切: 10/5(木)

要申込

## 令和5年度「瀬戸町公民館まつり」開催のお知らせ

令和5年度「瀬戸町公民館まつり」を、11/11(土)・12(日)に開催します。瀬戸公民館では、9/26(火)まで個人からの出展(写真・絵画、手芸・木工等個人の創作品)を募集しています。詳しくは瀬戸公民館までお尋ねください。

## 新規開設クラブ講座のお知らせ

アンニョンハセヨ!!!韓国語 毎月第1・3火 19:00~20:30  
新規入会希望の方はまずご見学からお願いします。



## 農業クラブせとっ子・かかしコンテスト 作品展示

9/10(日)~24(日) <瀬戸公民館周辺で自由鑑賞可>  
※台風接近等により、一時的に撤去する場合があります。

## 各種無料相談会 (先着順・予約受付無し)

【ひまわり福祉相談センター】 9/19(火) 13:00~16:00  
【行政・人権相談】 9/21(木) 13:00~15:00

## さんかく岡山共催 令和5年度さんかくカレッジ基礎コース

### しあわせな「最期」を迎えるために ~逝き方・弔い方・終い方~

要申込

日時	演題	講師
10/2(月) 10:00-12:00	がんばりすぎない介護~変わりゆく家族のカタチ~	中井一司さん ((公財) 岡山市ふれあい公社)
10/26(木) 13:30-15:30	入る条件? 私のお墓はどうなるの?	小谷みどりさん (一般社団法人シニア生活文化研究所代表理事)
11/30(木) 13:30-15:30	見なきゃダメ? お墓って必要ですか? ~様々な弔いのカタチ~	2・3回目はオンライン講座 瀬戸公民館と別会場を繋ぎ受講します
12/18(月) 10:30-12:00	知っておきたい、家族のために ~最近の永代供養・墓じまいについて~	狩谷浩範さん (日本石材産業協会・お墓ディレクター)

- ★定員: 40名(先着順で受け付け)
- ★申込: 8/21(月)から(来館または電話) ★受講料: 無料
- ★備考: すべての回にご参加ください。



## さんかくカレッジ基礎コースプレイベント 映画「みとりし」上映会

9/8(金) 10:00~12:00 【定員100名・無料】

要申込

## 夜でも無事に避難できる? みんなの防災ウォーク

- ★日時: 10/14(土) 18:00~20:00 【少雨決行】
- ★内容: 瀬戸駅周辺の危険箇所探し、火起こし体験ほか
- ★講師: 瀬戸町大内FOS少年団のみなさん
- ★参加費: 1名につき200円(10/12(木)までに納付)
- ★申込: 右記QRコードから
- ★持ち物: 懐中電灯・筆記用具・水筒・防寒着等

要申込



## 岡山県共催 おかやまUDアンバサダー養成講座 <サテライト会場>

期日	演題	講師
9/7(木) 14:00-15:30	見えないから見えたもの	竹内 昌彦さん(点字ブロックを守る会代表)
10/12(木) 14:00-15:30	UD(ユニバーサルデザイン)サービス	紀 薫子さん(全国UDサービス連絡協議会代表)

- ★定員: 20名(先着順) ★受講料: 無料 ★申込: 来館&電話
- ★備考: オンライン講座です(講師は別会場から講演)

要申込

## 瀬戸いきいき教室

毎月介護予防教室

- ★日時: 9/15(金) 10:00~12:00
- ★内容: 「座りすぎには注意! 座位時間を減らして健康に!」

申込不要

詳細は岡山市ふれあい介護予防センターへ (086-274-5211)



## 公民館クラブ講座 瀬戸町茶道の会主催 観月茶会

10/1(日) 12時~ <担当: IPU環太平洋大学茶道部>  
※予約不要・当日お茶代として400円必要です。

## ご利用のみなさまへのお知らせ・ご連絡

- 発熱等体調不良時は、来館をお控えください。
- 受付時に、密集回避のため整理券を発行する場合があります。
- 本紙は8月18日時点で作成しています。紙面の内容は、諸般の事情により変更する場合があります。
- 9月公民館トライアルデーは休止します。<次回10/21(土)>
- みんなの自習室開放日: 2(土)/3(日)/9(土)/16(土)/30(土)
- ※時間は公民館開館時間中(日曜日は17時まで)

【9月休館日】6(水)/13(水)/18(月・祝)/20(水)/23(土・祝)/27(水)

QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。