

No.	クラブ名	講師	実施曜日	時間	定員	受講料
32	(新)足楽・腰楽・らくらく体操	村上 裕幸	第2・第4木曜日	10:00~12:00	20	1,000
33	らくらくピアノ	林 受利	第2・第4木曜日	13:00~15:00	10	1,000
34	ストレッチ・ピラティス	松浦美和子	第2・第4木曜日	13:00~15:00	15	1,000
35	実用書写	中池 竺舟	第2・第4木曜日	18:00~20:00	15	1,000
36	和裁	松浦美和子	第1金曜日	13:00~17:00	8	1,000
37	押し花	大嶋 信子	第4金曜日	10:00~12:00	10	500
38	いけばな草月流	繁 翠園	第1・第3金曜日	10:00~12:00	10	1,000
39	華道池坊	安田 幸枝	第1・第3金曜日	10:00~12:00	20	1,000
40	岡南オカリナ	天野 敏子	第1・第3金曜日	13:00~15:00	15	1,000
41	フライディーわかば	—	第1・第3金曜日	15:30~16:30	25	—
42	箏曲	菊紫裕己子	第2・第4金曜日	10:00~12:00	15	1,000
43	三絃	菊紫裕己子	第2・第4金曜日	13:00~15:00	10	1,000
44	(新)楽しくストレッチ	松浦美和子	第2・第4金曜日	13:00~15:00	12	1,000
45	ゆうゆうコーラス	山崎 泰雄	第2・第4金曜日	13:30~15:30	50	1,000
46	男の料理	畠瀬登美子	第3土曜日	10:00~13:00	16	500
47	草莽俳句会	三宅 忠昭	第4土曜日	13:00~17:00	12	1,000
48	手描友禅	船橋タキ子	第1・第3土曜日	10:00~12:00	10	1,000
49	楽しい英会話	黄 連泰	第1・第3土曜日	14:00~16:00	15	1,000
50	ストレッチ体操「真向法」	難波 欽子	第2・第4土曜日	13:30~15:30	15	1,000
51	3B体操	小川喜美子	第1・第3土曜日	10:00~12:00	10	1,000
52	油絵A	永田以智恵	第1日曜日	13:00~17:00	15	1,000
53	岡南将棋	—	第1日曜日	13:00~17:00	20	—

※ 月額受講料を数ヶ月分まとめて集金することもあります。
別途、材料代等の実費が必要なクラブがあります。

主催講座のご案内

◎ 学習サポート室 申込要・無料

【日 時】 3月1日、15日
いずれも土曜日の10:00~12:00
【対 象】 小学生・中学生
【講 師】 大学生ボランティア
【受講料】 無料
【定 員】 各回20人(先着)
【持ち物】 宿題、教科書やドリル、筆記用具など
【申し込】 公民館窓口まで(電話可)



◎ ふくなんプロギング部 申込不要・無料

～未来の子どもたちにきれいな地球を～
走ったり、歩いたり、わいわいおしゃべりしながら落ちて
いるゴミを拾う! 地球に最も優しいスポーツです。
「健康」、「海ゴミ削減」、「仲間」、「居場所」、
「自己肯定感の向上」、「生きがい」、「世界一」、
自分を変えたい人の挑戦を公民館が応援します。

【日 時】 3月8日(土) 9:30~11:30
4月12日(土) 9:30~11:30
【場 所】 公民館周辺の道路上
※集合、解散は岡南公民館となります。
【参加費】 無料(雨天決行)
【持ち物】 飲み物、帽子、雨具(雨天時)



◎ 子育てほっとる一む 申込不要・無料

地域子育てサポーター「ふくなん子育て応援隊」の
みなさんが開設。手遊びや読みきかせもあります。
【日 時】 原則、毎週月曜日の10:00~12:00
(3/31はスタッフ不在、
4/28、5/5はお休み)
【対 象】 乳幼児と保護者



◎ ほっぺ文庫 申込不要・無料

季節にちなんだ絵本の読み聞かせ、面白い手遊び、
お楽しみ工作をして過ごします。初参加大歓迎。
【日 時】 3月22日、4月26日、5月24日
土曜日10:00~11:30
(原則、毎月第4土曜日)
【対 象】 乳幼児~小学1・2年生の子ども



◎ CoderDojo Konan 申込要・無料

子どものためのプログラミング道場

<https://coderdojo-konan.jp/>
小中高生を対象にした無料プログラミングコミュニティ
日 程: 次回3月16日(日)13:30~16:30
※月1回、日曜日に開催
申込み: 公民館まで(電話・FAXもOK!)



◎ 身体の中からきれいになれる かんたんエコレシピ 申込要

【日 時】 3月13日 木曜日 10:00~13:00
【講 師】 赤松佐知子さん
(ナチュラルフードコーディネーター、栄養士)
【材料代】 800円
【定 員】 15人(先着)
【持ち物】 エプロン、三角巾、手ふき、食器用
ふきん、タッパー、筆記用具
【申 込】 3月4日までに材料代を添えて岡南
公民館まで



◎ 自分の説明書を書いて 申込要・無料 今後の人生を考えよう[夜間講座]

【日 時】 3月15日 土曜日 10:00~13:00
【講 師】 田中菜摘さん
(岡山大学客員研究員)
【会 場】 岡南公民館(Zoomで受講もOK)
【定 員】 10人(先着)
【持ち物】 筆記用具
【申 込】 岡南公民館まで(電話可)

◎ 公民館の小さな映画会 申込不要・無料

※ 開場:13:00~ 上映:13:30~

● 3/22(土)
椿姫(108分、1937年)
出演: グレタ・ガルボ、ロバート・テイラー 他
● 4/26(土)
マチネの終わりに(124分、2019年)
出演: 福山雅治、石田ゆり子 他



◎ ゆったりすとカフェ 申込不要

焙煎から始めるこだわりのコーヒー。
散歩のついでに少し足を延ばして…近所の
あの人を誘って… お気軽に立ち寄り下さい。
【日 時】 3月22日、4月26日、5月24日
土曜日13:30~16:00(L.O.15:45)
(原則、毎月第4土曜日)
【費 用】 1杯100円(4月以降値上げの予定)



◎ ふくなん介護者サロン 申込不要・無料

介護の合間、困りごとの相談やひと息ついて気分
転換の時間に。なんでも一緒にお話をしましょう。
初参加大歓迎。
【日 時】 3月13日(木) 13:00~15:30
4月3日(木) 12:00~15:30
【対 象】 介護をしている人・介護経験者
【参加費】 100円(茶菓子代)
※4月はお花見会をします(弁当・茶菓子代と
して1人500円いただきます)。

◎ みんな楽笑! 福南元気塾

(概ね65歳以上) 申込不要・無料

● それなに? スキンフレイルの話
【日 時】 3月27日(木) 13:30~15:30
● フレイル予防で健やかな身体づくり
【日 時】 4月24日(木) 13:30~15:30
【定 員】 各回45人
【持ち物】 筆記用具、水分補給できるもの
※4月から「ふくなん健康UP教室」に名称
変更します。



◎ 長寿教室(概ね65歳以上) 申込要・無料

● シニアの楽しい交通安全教室
【日 時】 3月18日(火) 10:00~12:00
【講 師】 岡山市生活安全課 交通安全防犯室
● 公民館で旅気分模擬旅行
【日 時】 4月15日(火) 10:00~12:00
【講 師】 西村真美さん(バスガイド)
※5月27日(火)は春の視察研修旅行です。
申し込みが別途必要となります。