

しおかぜ

第326号 2025. 3. 1

発行：岡山市立光南台公民館

〒702-8014 岡山市南区宮浦 1324

電話番号&FAX(086)267-1255

Eメール kounandai_k@city.okayama.lg.jp



主催講座のご案内

光南台実年大学

公民館で学びを深め、笑顔になれる
ひと時を、皆さんと共に♪

- ◆受講料…無料(視察研修旅行は費用が要ります。)
- ◆対象・定員…概ね65才以上の方(30名程度) ◆場所…光南台公民館
- ◆視察研修旅行については、後日詳細をご案内します(申込みも後日受付けます)。
- ◆お申込み・問合せ…事前に光南台公民館まで *電話でも受付けます。



| 回 | 日時 | 演題テーマ | 講師 |
|---|-------------------------|---|--|
| 1 | 4/15(火) 10:15~11:45 | 「昭和100年を振り返る！」 ♪みんなで歌おう♪ ～アコーディオンと共に、 心に残るあの曲・この曲～ | 岡山アコーディオンクラブ 会長 檜山 武雄 さん |
| 2 | 5/20(火) 10:15~11:45 | 運動のススメ ～運動に着目して考える、 様々な病気の予防～ | (公財)操風会 岡山旭東病院 理学療法士 |
| 3 | 6/17(火) 10:15~11:45 | 意外と知らない? 食事にまつわるウソ・ホント ～ベジ・ファーストも頑張ろう～ | (公財)岡山市ふれあい公社 ふれあい介護予防センター 管理栄養士 |
| 4 | 7/15(火) 10:15~11:45 | 大河ドラマ誘致 岡山の武将 宇喜多の大河 —宇喜多直家と秀家その生涯— | 瀬戸内市教育委員会総務学務課 参事 片岡 学 さん |
| 5 | 8/19(火) 10:15~11:45 | 岡山方言って何じゃろ? ～普段づかいの言葉に潜む岡山方言～ | 就実大学 表現文化学科 准教授 岩田 美穂 さん |
| 6 | 9/16(火) 10:15~11:45 | あれから80年、忘れてはならない岡山空襲 ～市街地の空襲と宮浦の十字架～ | 岡山空襲展示室 学芸員 木村 崇史 さん |
| 7 | 10/21(火) 7:00~18:00頃 | 視察研修旅行「愛媛方面」 ※詳細は後日ご案内します。 (今治～村上海賊ミュージアム・よしうみいきいき館・八木酒造部 見学～) | |
| 8 | 11/18(火) 10:15~11:45 | 膝痛・腰痛を予防し、元気生活! | (公財)操風会 岡山旭東病院 作業療法士 |
| 9 | 12/16(火) 10:15~11:45 | 新聞おもしろ話 | 山陽新聞 ちまた友の会 代表 滝本 清文 さん |

★光南台公民館ホームページ ※最新情報をご確認いただけます。

<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011066.html>

★光南台公民館Eメール

kounandai_k@city.okayama.lg.jp

ホームページは→
こちらから



Eメールは→
こちらから



第198回 海辺のコンサート

昭和から令和のヒット曲&
ベンチャーズエレキサウン
ド

歌あり、ダンスあり、笑いありの『ザ★リバーズ』が3年連続で出演します。皆さんが知っているあの曲からベンチャーズのエレキサウンドまで幅広いジャンルの演奏をお楽しみください。

【日時】 3/23(日)14:00~15:00

【出演】 ザ★リバーズ

【内容】 「世界中の誰よりきっと」、「フレンズ」、
「ダイヤモンドヘッド」他【定員】 先着40名 **参加費無料・申込み必要**

第199回 海辺のコンサート

楽しく歌って
アンチエイジング

【日時】 4/27(日)14:00~15:00

【出演】 楽しく歌ってアンチエイジング

【曲目】 「峠の我が家」、「エーデルワイス」、
「埴生(はにゅう)の宿」他

【定員】 先着40人

参加費無料・申込み必要 (3/23より申込み受付開始)

みんな楽笑！光南台元気塾

岡山市ふれあい介護予防センターと共催で実施。

★3月の予定… 3/21(金)10:00~12:00

「誤嚥性肺炎予防の新習慣“長生きうがい”」

誤嚥性肺炎がきっかけで体力が低下し、介護が必要な生活になることもあります。

予防するための方法を知り実践してみましょう。



★4月は… 4/18(金)10:00~12:00

「フレイル予防で
健やかな身体づくり」**参加費無料・申込み不要**

光南台キネマ

月に1本、時代を超えて輝く名画を、皆さんと一緒に鑑賞しましょう。

3月は… 『キュリー夫妻 -その愛と情熱-』

(1996・仏・カラー・104分)

【日時】 3/1(土) 9:30~11:20

監督:クロード・ピトー

原作:ジャン=ノエル・ファンウィック

出演:イザベル・ユペール、フィリップ・ノワレ 他

ラジウムの発見によってノーベル物理学賞を受賞したマリー・キュリーの生涯を描くドキュメンタリータッチの映画。ピエール・キュリーは、パリ物理学化学学校で研究を行っていた。そこに、ポーランド出身のマリーが助手として加わる。彼女は科学者として優れた資質を備えており、ピエールは次第に彼女に心惹かれてゆく。やがて彼と結婚したマリーは、新たな研究を続けることになる。

4月は… 『美女と野獣』

(2014・仏独合作・カラー・113分)

【日時】 4/19(土) 9:30~11:30

参加費無料・申込み必要

パソコン教室

初心者対象。

パソコン操作の基礎を学びます。

3月「エクセル(表計算ソフト)
～簡単な会計報告作り～」

【日時】 3/10(月)・24(月)13:30~15:30

4月「ワードの基本～文書作成などなど～」
パソコンに初めて触れる方、大歓迎!

【日時】 4/14(月)・28(月)13:30~15:30

【定員】 各月先着10人

【参加費】 各月400円(2回分)

テキスト代が別途必要な時があります。

【申込み】 事前に光南台公民館へ

※申込み時に、公民館にパソコンを持ち込まれるか、公民館のパソコンを使用されるかお知らせください。

★光南台公民館フェイスブック ※公民館で開催した事業・講座の様子等をご覧ください。

https://m.facebook.com/profile.php?id=100057609663029&_rdr

フェイスブックはこちらから→



第28回光南台公民館文化祭が開催されました。(2月15日～16日)

今回は春を感じる暖かく穏やかな天気にも恵まれた文化祭の開催となり、2日間で430人の方にご来館いただきました。

公民館のクラブ講座・主催講座だけでなく、地域の学校園からの作品等も展示され、日頃の学習成果を多くの方に見ていただきました。

来館者のみなさま、また運営にあたりご協力いただいたみなさま、どうもありがとうございました。



大好評の
けんちゃん
カレー



力作揃いの作品展示



生産者の協力で安く販売できた
盛況のフリーマーケット



熱のこもった
実技発表



令和7年度クラブ生募集 ～仲間になりませんか～



*事前の見学をおすすめします。詳細は、見学時に各クラブの代表者におたずねください。

見学の希望やお問い合わせは、お気軽に光南台公民館へ。

*クラブによっては、受講料以外に実費が必要になります。

(令和7年2月20日現在)

| | クラブ講座名 | 講師名 | 曜日 | 開催時間 | 月額受講料 |
|----|-----------------|------------|------------|----------------------------|--------|
| 1 | ピアノ同好会 | 丸尾 道子 | 第1・3月 | 10:00～12:00 | 1,000円 |
| 2 | 英会話 | エレメンティ常定妙子 | 第1・3月 | 10:00～12:00 | 1,000円 |
| 3 | ペンと書道 | 市川 春華 | 第1・3月 | 13:00～15:00 | 1,000円 |
| 4 | 健康ストレッチ | 岡野 奈美 | 第1・3月 | 13:30～15:00 | 1,000円 |
| 5 | トンボ玉 | 紺藤 隆一 | 奇数月第3月 | 13:00～17:00 | 1,000円 |
| 6 | 大人のパソコン水彩画 | 山田 久恵 | 第1火 | 10:00～12:00 | 500円 |
| 7 | 天然酵母パンA | 亀山 緑 | 第2火 | 10:00～12:00 | 500円 |
| 8 | 3B体操 | 向井 裕美子 | 第1・3火 | 13:30～15:00 | 1,000円 |
| 9 | カラオケなでしこ会 | 横田 和子 | 第2・4火 | 10:00～12:00 | 1,000円 |
| 10 | 光南台オカリナ | | 第2・4木 | 10:00～12:00 | |
| 11 | ディスコン | | 第2木 | 10:00～12:00 | |
| 12 | 天然酵母パンB | 亀山 緑 | 第4木 | 10:00～12:00 | 500円 |
| 13 | 光南台もも太郎体操 | | 第1・3木 | 13:00～15:00 | |
| 14 | 楽しく歌ってアンチエイジング | 妹尾 美穂子 | 第1・3木 | 13:30～15:30 | 1,000円 |
| 15 | 初めての社交ダンス | 植田 邦子 | 第1・3金 | 13:00～15:00 | 1,000円 |
| 16 | 洋画 | 山崎 万里子 | 第4土 | 13:00～17:00 | 1,000円 |
| 17 | 大人も子どもも楽しくフラダンス | 中島 トウアヒネ | 第1・3土 | 10:00～12:00 | 1,000円 |
| 18 | オールディーズを歌おう | 箱崎 えつし | 第2・4土 | 10:00～12:00 | 1,000円 |
| 19 | ギター・マンドリン同好会 | | 第1土 第3日 | 14:00～16:00 10:00～12:00 | |
| 20 | 光南台フオーク村 | | 第2日 | 13:00～16:30 | |



ど〜すりゃ〜ええ？防災！



南海トラフ地震が今後 30 年以内に 70~80%の確率で発生すると言われています。いつ起こるかわからない災害に対してどのように備えればいいのか、一緒に考えましょう。

【日時】 3/15(土) 13:30~15:30

【会場】 光南台公民館 2階講座室

【内容】 防災ゲーム(HUG)を体験しよう

ベテランの防災士さんと避難所運営体験をすることで運営側の問題点を理解したり、起こりうる諸課題の解決方法を一緒に考えたりします。

【講師】 (一社)おかやま笑顔プロジェクト

村上 浩司さん

【定員】 約 30 名

【参加費】 無料

※公民館窓口または電話でお申込みください。



お知らせ・地域情報

毎月の入れ替えて新しく入った本を一部紹介します。

今月の新着図書

<小説・随筆 他>

「ハヤブサ消防団」池井戸 潤

「暗手」馳 星周

「教誨」柚月 裕子

「タラント」角田 光代

「2品でととのう やせ献立」牧野 直子

「俳句を遊べ！」佐藤 文香

「母の教え」姜 尚中



<児童書・絵本>

「ななちゃんのおかたづけ」つがね ちかこ

「マンボウひまな日」たけがみ たえ

「どうぶつのふしぎ」にしもと おさむ

「からくり探偵団」藤江 じゅん

「おいかけっここのひみつ」いとう ひろし

行ってきました光南台！



児島半島に春を呼ぶ「宮浦松林寺子どもはだか祭り」が2/2(日)小雨の降る中、行われました。



福を呼ぶとされる木『宝木(しんぎ)』の争奪に100人あまりの元気な小中学生の声が響き、地元の方や家族も応援を楽しみました。



子どもはだかまつりが終わり、公民館のろう梅や椿も咲き、少しずつ春が近づいています。

休館日

| 3月 | | | | | | | 4月 | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | | 1 | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 27 | 28 | 29 | 30 | | | |
| 30 | 31 | | | | | | | | | | | | |

★公民館は以下の場合、主催講座、クラブ講座、室貸与、図書貸出などの通常業務を見合わせます。

- ①暴風警報、大雪警報、特別警報が発令された場合
- ②中学校区に高齢者等避難(警戒レベル3)が発令された場合
- ③警報発令以降に公民館へ自主避難があった場合

が休館日です。◆開館時間 9時30分~21時 日曜日は17時まで