

しおかぜ

第327号 2025. 4. 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

ど～すりゃ～ええ？防災！

災害は突然起こります。いざという時にしっかりと対応できるよう、平常時からさまざまな準備しておくことが大切です。今年度防災マップ作りを一緒に学んで危険個所の確認をしましょう。岡山市の防災研修支援事業として日本技術士会の古川智さんを講師に招き、座学と街歩きを行います。

第1回 「防災マップ作り」のポイントを学ぼう
～座学研修とワークショップ～

【日時】5/17(土)13:00～15:30

【会場】光南台公民館



第2回 実践「防災マップ作り」

街歩き(1時間)と地図上にデータを入れる作業

【日時】6/14(土)13:00～16:30

【会場】光南台公民館・町内(第1回の講座で決定)

【定員】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。

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。

4月は…『美女と野獣』(2014・仏・独・カラー・113分)

【日時】4/19(土) 9:30～11:30

監督：クリストフ・ガンズ

出演：レア・セドゥ、ヴァンサン・カッセル他



『美女と野獣』(びじよとやじゅう、仏:La Belle et la Bête)は、2014年のフランス・ドイツのファンタジー映画。フランスの童話『美女と野獣』を本国フランスで実写映画化した作品。第64回ベルリン国際映画祭でコンペティション外で上映され、第27回ヨーロッパ映画賞(英語版)の観客選考最優秀映画賞にノミネートされた。また、第40回セザール賞(英語版)で3部門にノミネートされ、プロダクション・デザイナー賞(英語版)を受賞している。

5月は…『アイネクライネナハトムジーク』

(2019・日・カラー・119分)

【日時】5/17(土) 9:30～11:35

参加費無料・申込み必要

野菜・花づくり教室

近所の人とのつながりを広げよう

野菜や花を育てる魅力は安全なものを収穫するだけでなく、庭先に咲いた花を囲んでおしゃべりして、近所の人とのつながりを深めていくよこびを感じられるところにあります。家庭菜園・花壇の基本を学んでコミュニケーションの輪を広げていきましょう。

【日時】4/26、6/21、9/27 全3回

すべて土曜日 各回10:00～12:00

【講師】貝原 三雄さん(園芸アドバイザー)

【定員】先着20名

【持ち物】帽子



参加費無料・申込み必要

光南台実年大学

概ね65才以上の方が対象です。

「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～

【日時】4/15(火) 10:15～11:45

【講師】岡山アコーディオンクラブ会長 檜山 武雄さん

「運動のススメ」

～運動に着目して考える、様々な病気の予防～

【日時】5/20(火) 10:15～11:45

【講師】(公財)操風会 岡山旭東病院
理学療法士 渡邊 駿さん

【定員】各回先着40名



参加費無料・申込み必要

★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199回 海辺のコンサート

楽しく歌ってアンチエイジング
～世界の歌めぐり～

平成28年から光南台公民館のクラブ講座として活動しています。身体を使った正しい発声を妹尾美穂子先生にご指導いただき、唱歌や童謡の他、よく知られている歌をみんなで歌っています。発声に気をつけることで姿勢がよくなり、声が若返りますよ。

【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(公民館クラブ講座)

【曲目】 「エーデルワイス」、「埴生の宿」他

【定員】 先着40名

参加費無料・申込み必要(3/23から申込み受付開始)

第200回 海辺のコンサート

Ventures forever Vol.10

ベンチャーズサウンドよ永遠に♪

我がザ・サーフも今年で結成20年を迎えます。これからもベンチャーズの曲を主に演奏していきますので皆様応援よろしくお願いします。

【日時】 5/25(日)14:00～15:00

【出演】 ザ・サーフ 【定員】 先着40名

【曲目】 「ベンチャーズメドレー」、「いとしのエリー」、「十番街の殺人」他

参加費無料・申込み必要(4/27から申込み受付開始)

今月の新着図書

<小説・随筆 他>

「信長影絵」 津本 陽

「タクジョ！」 小野寺 史宜



<児童書・絵本>

「でんせつのはちまき」作・絵 みやにし たつや

「こぞうさんとおばけ」文・絵 はせがわ かこ

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。

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

5月「写真の加工とアルバムづくり

(パワーポイント)」

【日時】 5/12(月)・26(月)13:30～15:30

【定員】 各月先着10名

【参加費】 各月 400円(2回分)

テキスト代が別途必要な場合があります。

【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。

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。

★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」

フレイルとは、年齢とともに心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が低下した状態を「フレイル」と言います。フレイル健康チェックで今の自分の状態を知り、健康づくりのヒントをお伝えします。介護予防教室では、ストレッチ体操や筋力トレーニングも一緒に行います!

★5月の予定…5/16(金)10:00～12:00

「知ろう! 学ぼう! シニアにあった食べる順番」

参加費無料・申込み不要

ロビー展を開催します

小串にお住いの岩崎友子さんが水彩画をロビーに展示されます。力作を見に来てください。

期間:4月10日(木)～4月24日(木)



休館日

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

が休館日です。◆開館時間 9時30分～21時 日曜日は17時まで

★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ませ。

<https://m.facebook.com/profile.php?id=100057609663029&rd>

フェイスブック
はこちらから→



フェイスブック
はこちらから→