

しおかぜ

第343号 2026. 9. 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.jp



主催講座のご案内

地域応援人づくり講座

どーすりゃええ？防災！

地震・高潮・台風などさまざまな災害が発生した時、あなたは対応できますか？あなたの大切な人は…。

どのように備えたらいいのか一緒に考えましょう。

【日時】9/11(金)13:30~15:30

【会場】光南台公民館

【内容】地区防災計画って何？

講話：地区防災計画について学ぼう

【講師】防災士・城西まちづくり協議会(津山市)事務局長

佐々木 裕子さん

ワークショップ：「今できることは何か、一緒に考えよう」

【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。

参加費無料・申込み必要



光南台実年大学視察研修旅行 募集のご案内



今年度の視察研修旅行は龍野・姫路方面に行きます。予定を確認の上、ぜひご参加ください。

【日時】10/20(火) 7時頃~18時半頃

【行先】各地発⇒日本玩具博物館

⇒ヤマサ蒲鉾⇒姫路市(昼食)

⇒姫路城西御屋敷跡庭園「好古園」と
大手門通り

⇒姫路灘菊酒造⇒各地着

【定員】先着 45 名

※但し、35 名に満たない場合は中止。

その場合、申込者に電話で連絡します。

【費用】9,400 円

【申込み】8/18(火)~9/12(土)まで、公民館窓口
または電話で受付します(事前申込み)

費用は9/15(火)~9/29(火)までに、申込書を添えて
窓口にお持ちください。

※バスの乗降車は、光南台地区内の指定バス停付近

男性の料理教室

～旬を食す～

男性のみなさん！旬の食材を使って、季節感を味わいながら料理を作りましょう。

【日時】10/5、12/7、2/1、3/1

いずれも 月曜日、10:00~13:00

【講師】畠瀬 登美子さん(料理研究家)

【定員】10 名(先着順) 【受講料】無料

【材料代】1回 1,000 円(毎回集金)

【持ち物】エプロン、三角巾(バンダナ)、
マスク、ふきん3枚、手ふき、
持ち帰り用容器

【申込み】10/1(木)17 時までに
光南台公民館へ



光南台実年大学

『からだは食べた物からできている

～元気な人生100年のためのヒント～』

【日時】9/15(火) 10:15~11:45

【講師】岡山市地域包括ケア推進課

岡山市薬剤師会

(株)明治

【定員】各回 先着50名程度

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。初心者大歓迎！

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

★光南台公民館Eメール

kounandai_k@city.okayama.jp

ホームページは→
こちらから



Eメールは→
こちらから



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。

9月は…『信さん 炭鉱の町のセレナーデ』

(2010・日・カラー・106分)

【日時】9/19(土) 9:30~11:25

監督:平山秀幸

出演:小雪、池松壮亮、石田卓也、柄本時生他

「愛を乞う人」「OUT」の平山秀幸監督が、同郷の辻内智貴による小説を映画化。主演は小雪、共演に池松壮亮、石田卓也、大竹しのぶ、岸部一徳らが顔を揃えた。昭和38年、美智代は故郷である福岡の炭坑町に小学生のひとり息子・守とともに帰ってくる。ある日、信一という少年が町になじめずいじめられていた守を助けてくれる。親を早くに亡くした信一は町の厄介者だったが、美智代は息子を守ってくれた信一に優しく接し、やがて信一は美智代に…。

10月は…『ハニーランド 永遠の谷』

(2019・北マケドニア・カラー・88分)

【日時】10/17(土) 9:30~11:05

監督:リュウボ・ステファノフタマラ・コテフスカ

北マケドニアに暮らす自然養蜂家の女性を追ったドキュメンタリー

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～

身近な家の花壇やプランターで野菜や花を育てること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をして、近所の方とのつながりを築ききっかけになります。家庭菜園や花壇の基本を学んでコミュニケーションの輪を広げましょう。

今年度から講師の先生が代わっています。関心のある方はぜひお申し込みください。

【日時】年4回の予定(第1・2回は終了)

第3回 9/25(金) 10:00~12:00

第4回 11/13(金) 10:00~12:00

【定員】先着20名

※屋外に出るので各自で水分と帽子をご持参ください。

【講師】^{いしむら}石邨 英明さん

(元農業普及指導員)

参加費無料・申込み必要



第215回 海辺のコンサート

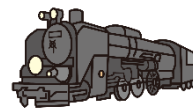
『いつも心に～青春のフォーク&ポップス』

いつも青春は歌とともに～時は過ぎても色褪せない青春のメロディー♪個性豊かなメンバーによる笑顔になれる歌や心に沁みる歌たちを是非聴きにきてください

【日時】9/27(日) 14:00~15:00

【出演】光南台フォーク村

【内容】「遠くで汽笛を聞きながら」
「人生の扉」「22才の別れ」他



【定員】先着50名

参加費無料・申込み必要(8/23から申込み受付開始)

第216回 海辺のコンサート

『懐かしの名曲をエレキサウンドとともに』

岡山市・玉野市を拠点に活動するエレキバンド「TENMASSEN」70歳以上の男女5名で構成され「懐かしの名曲をエレキサウンドとともに」をキャッチフレーズに、ベンチャーズ、寺内タケシ、歌謡曲など幅広いインストゥルメンタルを演奏。地域イベントで笑顔と元気を届けています。

【日時】10/25(日) 14:00~15:00

【出演】TENMASSEN(てんません)

【内容】「ダイヤモンドヘッド/パイプライン」、
「シルバースター」、「ブルーライトヨコハマ」他

【場所】光南台公民館 1階ロビー

【定員】先着50名

参加費無料・申込み必要(9/27から申込み受付開始)

パソコン・スマホ教室

9月「AIで動画編集してみよう!」

【日時】9/14(月)、28日(月)

13:30~15:30

10月「年賀状を作ろう!(パソコン編)」

【日時】10/26(月) 13:30~15:30

【定員】各月先着10名

【参加費】9月は600円(2回分)、
10月は300円(1回分)

【申込み】事前に光南台公民館へ

※申込み時に、自分の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。



参加費無料・申込み必要



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。

★9月は… 9/18(金) 10:00～12:00

「見逃さないで！認知症の予備軍 MCI」

認知症の一手手前の状態“MCI”について知り、予防法を実践しましょう。

★10月は… 10/16(金) 10:00～12:00

「体質タイプ別！食事で元気なカラダの作り方」

お気軽にご参加ください。



参加費無料・申込み不要

廃油せっけんづくり

使用済みの食用油から石けんを作ります。環境に配慮した石けんを皆さんも作ってみませんか。運動靴やソックス等の汚れがよく落ちると好評です。

【日時】 10/6(火) 9:30～12:00

(雨天決行)

【持ち物】 エプロン、軍手、マスク

公民館窓口、または電話で

お申込みください。

※出来上がりは1月末頃になります。



防災キャンプを開催しました！

7月25日(土)、猛暑の中62人(中学生ボランティア10人)の参加がありました。

今年度は岡山南消防署の方の講話で「消防士さんの仕事・体験談」をお聞きし、1年4か月前の林野火災を思い出しました。

また、ワークショップとして

- ①起震車体験
- ②液状化の説明と実験
- ③新聞紙スリッパ作りとがれき体験
- ④非常食作りを中学生ボランティアと一緒に体験しました。



「地震って思ったより揺れるんだ。びっくりした。」という声が聞かれ、日頃体験できないことが体験できてよかったと感じました。そしてこの体験や交流が今後の災害の備えを考えるきっかけになればいいなと思いました。



(震度6強の地震を体験しました)



(リゾット、小松菜の卵とじ他を作りました。)



夏休みキッズ学び隊♪講座報告

夏休み中に小学生が、いろいろな体験活動を行いました。

①7/24 みんなで宿題&歌あそびで楽しもう！

各自持ってきた宿題を1時間、がんばりました。その後、主任児童委員の佐藤さんに歌遊びを教わってもらったり、牛乳パックで工作をしたりしました。



② 7/28 身近な生き物たちをもっと知ろう in 小串小

瀬戸内海牛窓沖に浮かぶ「黄島」を管理しているごろうさんのお話を聞きました。鼻にストローが刺さった亀等、私たちの行動のために困っている生き物がいるということを知りました。



★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→



②7/28 絵画教室 in いるかクラブ

公民館洋画クラブの山崎先生と岩崎さんに教えてもらいながら、みんなそれぞれ提出する課題に取り組んだり自分の描きたい絵を描いたりしました。



④7/30 習字の宿題やっちゃおう！

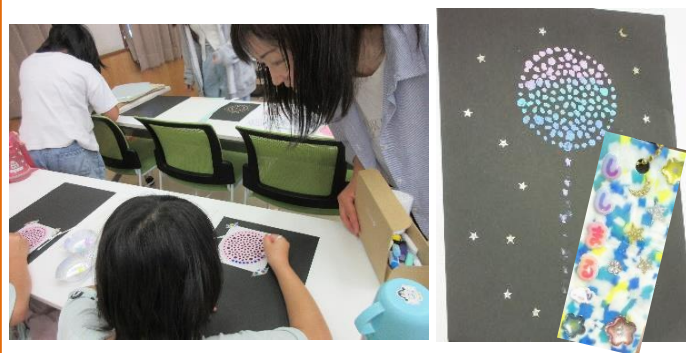
書道講師の堀田さんに教えていただきました。課題に一生懸命取り組み、仕上がった作品は最初にかいた字よりすごく上達していました。それぞれ満足する作品に仕上がったと思います。



② 7/31 ペットボトルキャップが

オリジナルキーホルダーに大変身

主任児童委員の武田さんに教えていただきました。細かく刻んできてくださったペットボトルキャップをクッキングシートの下に置き、アイロンで溶かし、固まったプラスチックを好きな形に切り、オリジナルキーホルダーを作りました。そのあと、花火の絵を作ったり、絵しりとりをしたりして楽しみました。



④8/6 高校生と学ぶ科学実験教室 ～レンズの不思議～

玉野光南高校の児玉先生とサイエンス部の皆さんに教えていただきました。凸レンズで物を見るとなぜ大きく見えるのか等、レンズについてお話を聞きました。難しい話でしたが、みんな真剣に聞いていました。

そのあと実際にレンズを作ったり、逆さカメラを作ったりしました。その後顕微鏡を作り、玉ねぎの薄皮の組織を見ました。あっという間の2時間でした。



今月の新着図書

毎月の入れ替えで新しく入った本を紹介します。

<小説・随筆他>

『小さき王たち第1～3部』／堂場 瞬一

『銀閣の人』／門井 慶喜

『今度生まれたら』／内館 牧子

『緊急事態宣言の夜に』／さだまさし

『咳をしても一人と一匹』／群 ようこ

『ダーリンは75歳』／西原 理恵子

<児童書・絵本>

『へんしんマンザイ』／作・絵 あきやま ただし

『ひよこはにげます』／五味太郎

『だっこれっしゃ』／春田 香歩

『ノホホンむらのねこたち』／さとうあや

『ともだちたんていコブタンコ』／藤本 ともひこ

休館日

9月

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

10月

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

★公民館は暴風・暴風雪警報またはレベル3の警報が出た時、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。

が休館日です。◆開館時間 9時30分～21時 日曜日は17時まで