



## 令和6年度 主催講座のご案内

### 手前みそを作ろう

大豆から作る「手作り味噌」。手前味噌だから味は格別！大豆4升分を皆で仕込んで、受講生で分けて持ち帰る予定です。

同じように仕込んで、保存する過程で味に違いがでてきます。自家製の味を楽しんでみませんか。

- ◆日時 1月31日(金)10:00~12:00
- ◆講師 松井 春代さん(福浜連合婦人会会長)
- ◆定員 20名(先着順)  
※託児はありません。子ども同伴で参加できます。
- ◆受講料 無料
- ◆材料代 800円程度(当日集金)※材料代の総額を受講者数で均等割りします。
- ◆持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、手拭きタオル、みそを入れるビニール袋、材料代、マスク着用
- ◆申込み 12/10(火)9:30から受付開始。電話または公民館窓口でお申込みください。



(昨年の様子  
と大豆を混ぜ  
合わせています)



### 福浜公民館防災キャンプ 親子で♪体験♪学ぼうさい

【日時】12月14日(土)9:00~14:00  
【場所】岡山市立福浜公民館  
【対象/定員】小学生以下の児童と園児親子  
30組程度(先着順)

【持ってくるもの】防寒着、飲み物、ハンカチ  
【内容】ボーイスカウトによる簡単ロープワーク、水消火器で射的ゲーム、防災グッズ展示、持ち出し薬の展示・説明、AEDを使った心肺蘇生法、日本赤十字社による応急・救急処置、災害VR体験、非常食試食、もくもくハウスで危機一髪、干拓地における液化化現象のお話、防災クイズ15問、スタンプラリー など

【申込み】受付中。公民館窓口または電話でお申込みください。(当日参加可)



### 福浜歴史講座

日時	内容
12/6 (金) 10:00~ 12:00	「岡山城の歴代城主」 【講師】小野田 伸さん (観光振興課副主幹) 【場所】福浜公民館2階講座室
12/8 (日) 9:45~ 12:30頃	「岡山城見て歩き」 【講師】井伊 洋之さん (岡山戦国プロジェクト代表) 岡山市観光ボランティア 【集合場所】岡山城目安橋(県立図書館側) 【持ってくるもの】岡山城天守閣入館料 (65歳以上 無料、小中学生 100円、64歳以下 400円)
◆受講料	無料
◆申込み	福浜公民館窓口・電話・二次元バーコードで先着順に受付可。



## メンバー募集中!!

9月に体験会を開催した『シニアのためのやさしいダンス』のクラブとして活動を始めるため、メンバーを募集中です。開催予定日は毎月第2・4木曜日10:00~11:00です。ラテン音楽に合わせてステップを覚えることで、脳トレにもつながります。体験会に参加してなくてもOK。興味のある方はお気軽に公民館までお問合せください。



体験会の様子



## 福浜熟年大学(全9回、翌年1月まで)




日時	内容	その他
12/26(木) 10:00~12:00	ヤクルト健康教室 「乳酸菌で腸満開」 ★腸トレ体操やります	講師:渡邊 華央さん (岡山ヤクルト株式会社)
1/23(木) 10:00~12:00	パンフルートがつなぐ人と人の心 閉講式	講師:今井 勉さん (パンフルート奏者)

- ◆対象/定員 どなたでも/40名(先着順)
- ◆受講料 無料
- ◆申込み 不要

昨年のパンフルート演奏の様子→



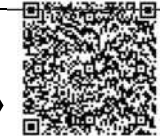

## かるがもぶんこ

	内容	対象/定員	材料代	申込み	二次元コード
12/21(土) 10~12時 	冬のお楽しみ会 ・絵本の読み聞かせ ・季節の簡単工作:「クリスマスツリーづくり」 ・お菓子づくり:「ビスケット ケーキサンドづくり」	幼児から小学生/20名(先着順) ※小学生未満は、保護者同伴でお願いします。	検討中 (数百円内)	11/22(金)から受付開始。 12/17(火)までに材料代を添えて公民館窓口へお申込みください。	二次元バーコードの設定はありません。 
1/16(木) 10~11時	絵本の読み聞かせと簡単な工作	就学前の子どもと保護者/20名(先着順)	無料	12/1(日)から公民館窓口、電話または二次元バーコードで受け付けます。	

## 子育て座談会「ニッコリーナ」(クラブ講座としても活動しています。)



就学前の子どもと保護者の楽しい座談会です。お気軽にご参加ください。

	内容	講師	申込み/二次元コード
12/12(木) 10~12時	子育て、家庭生活座談会②	ゆうり助産院・助産師 小林 智子さん	11/19(火)から受け付け開始 
1/21(火) 10~11時	親子で体カトレーニング②	フィットネスインストラクター: 藤井結美さん	12/1(日)から受け付け開始 

時間:定員:各回10組(先着順)

受講料:無料

申込み:公民館窓口、電話または二次元バーコードでお申込みください。



「親子で体カトレーニング①」の様子

## 第36回 福浜公民館まつりを開催します

「第36回 福浜公民館まつり」を令和7年2月15日(土)・16日(日)に開催します。

昨年の公民館まつりの様子



公民館まつりは、公民館で活動しているクラブ講座や地域の学校園、施設等の皆さんによる、日ごろの活動の成果や様子を発表する場です。実技発表や展示発表お茶席、喫茶などをする予定です。

現在、公民館クラブ講座生と地域の施設や団体の代表等で構成された「実行委員会」で、意見を交わしながら、準備を進めています。詳細につきましては次号(2月1日号)でお知らせします。地域の皆さま、ぜひ、お誘い合わせの上ご来場ください。

また、開催期間中の館内アナウンス、受付業務、喫茶コーナーなどの中学生ボランティアスタッフを募集します。1時間半や2時間といった短時間も歓迎します。詳細は福浜中学校を通してお配りするチラシ、「ボランティア募集」をご覧ください。

なお、開催に伴い、2月13日(木)～2月17日(月)は、クラブ講座、室貸与、図書貸出・返却、コピーサービス等の通常業務は全てお休みいたします。ご理解とご協力をお願いします。

昨年のボランティアの様子



事前打ち合わせ

館内アナウンス

自分の説明書を書いて  
今後の人生を考えよう(全5回、翌年3月まで)

クリスマスコンサート  
～オールディーズを歌おう～

参加無料

回	日程	内容(テーマ)
2	12/20(金)	1回目のテーマは「残りの人生このままでいいの?」でした。2回目以降のテーマは参加者と一緒に決めていきます。
3	1/18(土)	
4	2/21(金)	
5	3/15(土)	

12/15(日)  
13:30～15:00頃

【出演】KNDジュークボックス  
【演奏曲目】ダイアナ、夢のカリフォルニア、ムーンリバー、ホホワイトクリスマス 他  
【定員】50名(先着順)  
【申込み】公民館窓口または電話でお申込みください。

時間:19:00～21:00

講師:田中菜摘さん(岡山大学客員研究員)

定員:20名(先着順)

受講料:無料

申込み:公民館窓口または、電話、Eメールで申込んでください。



Eメールでの申込み



←昨年のクリスマスコンサートの様子

### 福浜シネマ

### 男性料理教室

日時	映画タイトル・内容等
12/21(土) 10:00～	サンタクロースになった少年 (2007年、洋画 カラー 83分)
1/18(土) 10:00～	サクラサク (2014年、邦画 カラー107分)

- ◆ 対象 子どもから大人までどなたでも(ご家族やお友達同士でどうぞ)
- ◆ 受講料 無料
- ◆ 申込み 不要

1/25(土)  
10:00～13:00

【講師】畠瀬 登美子さん(料理研究家)

【受糊料】無料(但し、材料代900円が必要)

【持ち物】エプロン、三角巾(バンダナ可)、手ふき、食器用ふきん、必要な方は持ち帰り容器、マスク着用

【定員】15名  
【申込み】公民館窓口で材料代と一緒に申込みください。



## 照明のLED化工事について

福浜公民館では、蛍光灯照明からLED照明への取り換え工事を進めています。工事ではご不自由をお掛けもしていますが、ご協力頂きありがとうございます。今まで以上に明るく感じられるかと思えます。工事終了予定は1月15日(水)です。

**【LED照明に換えれば気分も明るく省エネ!】** 出典:環境省ホームページ

- ・照明器具は家庭において冷蔵庫に次ぐ消費電力です。
- ・電球型LEDランプは、一般電球に比べると約85%も消費電力を抑えることができます。
- ・定格寿命4万時間タイプの場合、1日10時間点灯するところでも10年間以上使える計算となり、かなりの長寿命となります。
- ・一般電球より高価ですが、電気代を含めるとトータルコストは安くなります。



## 「おかやまっ子作品展」(平福小学校)のご報告

平福小学校の児童の皆さんが図画工作の授業で取り組んだ絵や工作等の作品を、11/2(土)~11/15(金)まで展示をしていました。ご家族の方、ご親戚の方など大勢の方々にご来館頂きました。



## 自動車文庫



12月：お休み 1/25(土)

- ◆ 毎月1回・第4土曜日10時半ごろに、中央図書館から「自動車文庫」が来館します。公民館に所蔵する本と一緒に選びませんか。
- ◆ 公民館で見つからない本は、公民館窓口で予約して、中央図書館から取り寄せることもできます。

## さんさん育児相談(予約制)

12月20日(金)

※ 偶数月の第3金曜日に開催

- ◆ 受付時間 9:45~11:00
- ◆ 詳しいことは、南区南保健センター(TEL:261-7051)または南区南さんさんステーション(TEL:902-0223)へお尋ねください。



## 休館日のお知らせ

12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				

1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	

2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	

- ◆ 開館時間:月・火・木・金・土曜日…9:30~21:00 日曜日…9:30~17:00
- ◆ 休館日は、毎週水曜日と祝日です。水曜日と祝日が重なった場合は、翌木曜日も休館します。

## 資源化物回収(ビンや缶、蛍光灯)について(年末年始)

回収の休止: **12月26日(木)~1月5日(日)** (回収コーナーは閉鎖)

回収の再開: **1月6日(月)9時30分~**

