

ふるさと発見講座
さとう さだむ
佐藤 定
その人と作品

行動美術の会員として活躍、岡山の美術界にこの人ありと知られた佐藤定さんの足跡を振り返る講演会

◆日時 6月29日(土)13時～15時

◆場所 建部町文化センター小ホール

◆内容

①「愛の放浪者～佐藤定の画業と人生～」

元山陽新聞社解説委員 柳生 尚志さん

②「無二の画友、定さんとの親交の思い出と作品」

元大阪芸術大学教授 辻 司さん

◆参加費 無料

◆申込み 建部町公民館へ(ご来館またはお電話にて)

民具活用・小学生講座
古い道具と昔の暮らし

建部町で使われていた古い道具を見て、触って、昔の暮らしを想像してみませんか。

◆日時 7月29日(月)10:00～11:30

◆講師 内池 英樹さん(岡山県立博物館副館長)

◆対象 小学生

◆参加費 無料

◆定員 10人(先着順)

◆持ち物 ノート、筆記用具

◆申込み 建部町公民館へ(ご来館またはお電話にて)

書写を楽しもう

◆日時 7月22日(月)10:00～11:30

◆講師 吉岡 優さん(岡山県書道連盟会員)

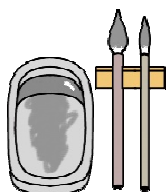
◆参加費 500円(当日集金)

◆定員 10人(先着順)

◆持ち物 習字セット、半紙、JAの課題、古新聞、ぞうきん

◆申込み 建部町公民館へ

(ご来館またはお電話にて)



岡山市 行政相談

6月21日(金)13:30～15:30

7月19日(金)13:30～15:30

建部町公民館2階第2会議室

高齢者のためのスマホ教室

次のとおりスマホ教室を行います。ご参加をお待ちしていません。

	スマホ体験 (STEP3)	LINE 教室 (基礎)	LINE 教室 (応用)
期日	6月13日(木)	7月11日(木)	8月8日(木)
内容	・インターネットの使い方 ・アプリとは ・防災アプリ	・LINE とは ・友達を追加 ・やりとりをしよう ・LINE 電話とは	・無料スタンプ ・通知オフ・ブロック ・プロフィール写真 ・その他の使い方
定員	30名	30名	30名
申込	6月7日まで	7月5日まで	8月2日まで

※いずれも、建部町公民館で 13:30～15:00 に開催します。

※約1時間の講義後に、自由な質問時間があります。

※ご自身のスマホを持参ください。ない方にはお貸しします。

※シリーズではありません。いずれか1回のみ参加も可。

悪質商法にあわないために

悪質商法の被害を防ぐ方法や、被害にあった場合の対処方法について、解説していただきます。

◆日時 6月20日(木)13:30～15:00

◆場所 建部町公民館 2階第1会議室

◆講師 稲本美保さん(岡山市消費生活センター)

◆参加費 無料

◆定員 30人

◆申込み 6月13日(木)までに建部町公民館へ
(ご来館またはお電話にて)



建部ふれあい元気教室

〈2024年度 介護予防教室〉

◆日時 毎月 第3火曜日 10:00～12:00

6月18日(火)

目指せスッキリ姿勢！自宅でできる棒体操

7月16日(火)

これでバッチリ！ストレス・不眠を和らげる食事

◆場所 建部町公民館 2階第1会議室

◆対象 おおむね65歳以上の岡山市民

★参加費無料

★申込不要

◆主催 岡山市ふれあい介護予防センター

◆共催 建部町公民館

◇教室についてのお問い合わせは

岡山市ふれあい介護予防センター北事務所

TEL 086-251-6517

ぴよぴよリトミック 出前講座

音楽やリズムに合わせて歌ったりからだを動かしたりするリトミック。隔月ごとに認定こども園と保育園で行っています。(6月の開催日は月曜日です) 参加費無料。

◆講師 秋山 文緒さん・尾銭 由美子さん
(リトミック研究センター認定講師)

◆用意するもの 飲み物・動きやすい服装

◆日時・場所・対象年齢

6月24日(月) 建部認定こども園

2歳 9:40~10:15 / 4歳 10:20~10:55

7月19日(金) 福渡保育園

2・3歳 9:40~10:20 / 4・5歳 10:25~11:05

◆対象 就園前の子どもと保護者

◆申込み 開催日1週間前までに公民館へ
(ご来館またはお電話にて)



たけのこぐんぐん

タケノコのようにぐんぐんと健やかに成長してほしいという願いを込めた、地域の子どもたちのための講座です。参加費無料。

「みんなで楽しくベビーマッサージ教室」

◆日時 6月27日(木) 10:30~12:00

◆講師 小林 智子さん
(子育て応援 遊里代表・助産師)

◆持ち物 バスタオル1枚・着替え用(オムツ・着替え)
お茶・ミルクなどの飲料

◆場所 建部町公民館

◆対象 赤ちゃん~就園前の子どもとその保護者

◆申込 6月20日(木)までに公民館へ
(ご来館またはお電話にて)

たけべいきいきサマー

もうすぐ暑い夏がやってくる! 建部町公民館が今年も地域の子どもたちに向けて夏休み講座をお届けします。

詳しいお知らせは、7月に学校で配布するチラシをご覧ください。

◆①7月27日(土) 公民館探検とプチ防災体験

◆②8月 1日(木) ビーズボールストラップを作ろう!

◆③8月 5日(月) 古代のお話と勾玉づくり

(講座名が変更になる可能性があります。ご了承ください)

この講座のほかにも恒例の夏休みこども映画会や、落語会、小学校への出前講座、サイピアとの連携講座など、色々な夏休み講座を企画中です!

それぞれ詳しいお知らせを出しますので、興味のある講座があったらぜひ参加してみてくださいね!!

楽しい夏をたけべで過ごそう!!

北市民健康づくり建部会議の取り組み③

~建部町健康づくり歩こう会~

「北市民健康づくり建部会議」では、様々な団体が連携して地域の健康づくりを進めるための活動をしています。各団体からリレー形式で健康に関する情報をお届けします!

<歴史>

建部町健康づくり歩こう会は、「建部町公民館クラブ講座」の1つとして昭和62年4月19日に誕生しました。

毎月1回第3日曜日に実施し、今年5月には446回を迎えました。

参加は自由で、案内は2か月おきに発行される公民館だよりに掲載します。また、同じ内容をWEBの「建部新聞」でも見ることができます。

<歩くコースと参加者>

初めての参加者には「会員バッヂ」と毎回の参加記録ができる「健歩手帳」を差し上げています。

歩くコースは、町内が最も多く、後は車で無理なく行ける所や津山線の沿線も含めて自然や歴史に恵まれた所を選定して行くようにしています。

歩く距離は、あまり長い距離や急な坂道は控え目にして5Kmから10Km前後です。

参加者は、15人から20人くらい。女性が多く、年齢は60代から80代です。

(4月備中国分寺の五重塔を背景に)



<皆で歩く楽しさを!!>

一人では、なかなか厳しいコースでも皆で励まし合って歩けば、楽しく頑張れ、続けられるのが会の魅力だと思います。

歩くことで心身のリフレッシュと健康づくりを!

ぜひ、一緒に歩きませんか?

(クラブ代表 本田 義章)

