


芳田公民館だより

第196号 2024年6月1日発行
 発行 岡山市立芳田公民館
 〒700-0953 岡山市南区西市 96-1
 Tel/Fax (086)245-0688
 E-mail yoshidakouminkan@city.okayama.lg.jp

芳田公民館
E-mail ↓


* 主催講座のご案内 *

令和6年度地域応援人づくり講座
 主催：岡山市ふれあい介護予防センター、
 芳田公民館、岡山市市民協働企画総務課
あっ晴れ！もも太郎体操サポーター養成講座

あっ晴れ！もも太郎体操やフレイル健康チェックについて学び、地域を元気にするサポートをしませんか。

◆日時・内容

※内容は変更となる場合があります

日 時	内 容
① 8月22日(木) 10時から12時	・ストレッチ体操の注意点 ・体力測定について
② 8月29日(木) 10時から12時	・口腔体操の注意点 ・フレイル健康チェックについて
③ 9月5日(木) 10時から12時	・筋力トレーニングの注意点と補助のポイント
④ 9月12日(木) 10時から12時	・あっ晴れ！もも太郎体操 DVD 体験 ・修了証授与 ※3回以上の受講で修了証発行

- ◆対象 介護予防・サポーター活動に興味のある岡山市民
- ◆定員 20人程度（応募者多数の場合は抽選）
- ◆受講料 無料
- ◆申込み 7月31日（水）までに、岡山市ふれあい介護予防センター南事務所へ
 所定の申込用紙に記入の上、問合せ先へ持参、またはFAX・郵送で申し込んでください。
 ※申込用紙は、チラシができれば、岡山市ふれあい介護予防センター南事務所や芳田公民館等に配置します。

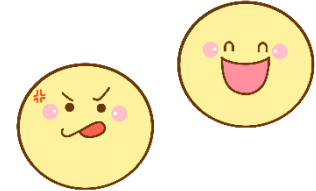
問合せ・申込み先
 岡山市ふれあい介護予防センター南事務所
 月～金曜日 8時30分～17時（FAXは土日也可）
 岡山市南区福田690-1
 電話：(086) 230-0315
 FAX：(086) 230-0316

さんかくウィーク2024 公民館行事
 主催：岡山市、芳田公民館
楽しく学ぼう！アンガーマネジメント講座
 ～怒りの感情をコントロールしてよりよい人間関係を～

日々の生活の中で、イライラしたり、カチンときたりすることはありませんか。怒りの感情は誰にでもあるものですが、上手く折り合いを付けて過ごせるといいですね。

この講座では、怒りの感情をコントロールする「アンガーマネジメント」について楽しく学びます。自分も相手も大切にすることを学ぶことについて、一緒に考えてみませんか。

- ◆日時 6月27日（木）10時から12時まで
- ◆講師 中村 恵美さん（アンガーマネジメントファシリテーター、フリーアナウンサー）
- ◆定員 30人（先着順）
- ◆受講料 無料
- ◆申込み 芳田公民館へ（電話可）



芳田中学校区の子育て情報

読み聞かせの会 ほっぺちゃん（6・7月）
 主催：読み聞かせの会ほっぺちゃん、芳田公民館

事前申込み不要・参加費無料です。

- ★日時・内容 すべて木曜日 10時から11時30分まで
 6月13日 「ケロケロがえるがうたうよ 紙コップでカエルをつくろう / さつまいも苗植え」
 7月11日 「さかなつり」
- ★場所 芳田公民館 ロビー
 ※6月13日は、汚れてもいい服装・くつでお越しください。



芳田子育て広場（6・7月）
 主催：芳田子育て広場運営委員会、岡山市子ども福祉課

事前申込み不要・参加費無料です。

- ★日時 時間はすべて10時から12時まで
 6月…11日（火）、14日（金）、18日（火）、21日（金）、25日（火）、28日（金）
 7月…9日（火）、12日（金）、16日（火）
- ★場所 芳田公民館 ロビー



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

公民館カレンダー
■は、休館日



毎週介護予防教室 芳田ふれあい元気教室（6・7月）

共催：岡山市ふれあい介護予防センター南事務所

住み慣れた地域でいつまでも元気で過ごせるように、みなさんと介護予防に取り組みましょう。

◆日時・内容

※すべて木曜日 13時30分から15時30分まで

6月6日と7月4日は14時30分まで

日にち	内 容
6月6日	あっ晴れ！もも太郎体操
6月13日	知ってお得！ いろんな面から転倒予防を知ろう 講師：岡山市ふれあい介護予防センター
6月20日	元気アップ・にこにこ体操 講師：上野 明美さん（福祉レクリエーションワーカー）
6月27日	ストレッチ体操&ディスコン 講師：田中 康子さん
7月4日	あっ晴れ！もも太郎体操
7月11日	意外に知らない！？ 食事にまつわるウソ・ホント 講師：岡山市ふれあい介護予防センター
7月18日	からだの痛みの改善と予防教室 講師：辻 博明さん（岡山県立大学名誉教授）
7月25日	ストレッチ体操&ディスコン 講師：田中 康子さん

◆対象・定員 おおむね65歳以上の方・45人（先着順）

◆服装 動きやすい服装

◆持ってくるもの

筆記用具、飲み物、長いタオル

6月27日と7月25日は、お手玉2個も、お持ちください。

◆受講料 無料

◆申込み 前の回の開催日から受け付けます。

申し込みなしでの参加はできません。

パソコンサポートルーム

共催：芳田わくわくPCルーム

◆日時 6月1日、6月15日、
7月6日、7月20日
すべて土曜日 13時から15時まで

◆実費 1回100円（参加当日に集金）

◆申込み 前々日までに芳田公民館へ（電話可）

※前々日までの申し込み者が0人の場合、開催を取りやめることがあります。



シニア・カレッジ 芳田

学びを広げ、心豊かな暮らしに役立てましょう。

◆日時・内容 ※すべて13時30分から15時30分まで

日 時	内 容
6月28日 (金)	終活のススメ～遺言と任意後見～ 講師：大畑 誠さん（大畑司法書士事務所）
7月26日 (金)	ひびきあう 公民館の豊かな学び ～川ごみの取組からの広がり～ 講師：長崎 百絵さん（市立公民館職員）

※12月まで月1回開催予定（8・11月休み）

◆対象 おおむね65歳以上の方

◆定員 40人（先着順）

◆受講料 無料

◆申込み 芳田公民館窓口または電話にて受付

※一度の申込みで、全回分まとめての申込みとなります。

4月以降に申込みされた方は、再度の申込みは不要です。

申込みなしでの参加はできません。



子ども対象の夏休みの催しは、小学校を通じてチラシを配布する予定です。



職員異動のあいさつ

お世話になりました

4月1日より万富公民館に勤務しております。

芳田公民館へ異動となった3年前はコロナ禍のさ中でしたが、芳田公民館に集う地域の皆さまのご指導とご支援をいただいたことで、事業・講座を行うことができました。また、パワーあふれる活動の数々から多くのことを学ばせていただきました。昨年度は5年ぶりの文化祭をやっと開催でき、これからという時に異動となったことが心残りですが、皆さまとの思い出を胸に芳田公民館での学びと経験を今後活かしていきたいと思っております。誠にありがとうございました。

芳田中学校区の皆さまの益々のご健勝とご活躍を心よりお祈り申し上げます。

山本 史織

よろしく願いいたします

4月から大塚前館長の後任として芳田公民館長を拝命いたしました。岡山市役所退職後は、市の外郭団体に勤め本市の地域福祉向上と中小企業の振興のために微力ながら努めてまいりました。このたび芳田公民館で働くことになり、すべてが初めてのことで緊張することも多く地域の皆さまのご支援とご協力を賜りたいと思っております。皆さまと一緒に人づくり、地域づくりに努力してまいりますのでどうぞよろしくお願いいたします。

館長 直本 正明

このたび、操山公民館から異動してまいりました。どうぞよろしく願いいたします。

高森 望