

北★北 シニアカレッジ(全11回)

第5回 9月30日(火)13時30分～15時30分
「リリーさんの防災トーク&コンサート」

講師:防災士 リリーさん

第6回 10月20日(月)13時30分～15時30分
「民話の楽しさ」

講師:岡山県語りのネットワーク会長 立石憲利さん

【対象】おおむね65歳以上の方

【定員】各回先着50名 【参加費】無料

【申込】公民館窓口または電話にて

きた★北シネマ

「種まく旅人～華蓮のかがやき～」

(2020年・日本・108分)

キャスト:栗山千明・平岡祐太他

【日時】11月25日(火)13:30～15:30

【定員】50名(先着順) 【参加費】無料

【申込】公民館窓口または電話にて



ジェントルマン 生きがい喫茶

どなたでも安心して自由に語れる場です。お話を聴くだけの参加も大歓迎です！女性や大学生らの参加もお待ちしております。

★10月11日(土) 10時～12時

【参加費】100円(コーヒー代・当面はじめて参加の時のみ)



フェルマータ

～学校に行けない子、行きしぶる子を持つ親の会～

不安や悩みを話したり、情報交換をしたりしましょう。お気軽にご参加ください。

【日時】10月18日(土)10時～12時

【参加費】無料

【申込み】窓口、電話、右の2次元コードで。



元気で長生きノルディック！

◆レギュラーコース(約6km程度)10時～12時

10月16日(木)岡山大学南北廻り(天満屋ハピータウン岡北店集合)

◆シニアコース(約3km程度)10時～12時

10月24日(金)岡山大学南農園(北公民館集合)

【参加費】200円(傷害保険他)

※ボールのレンタルが必要な方は2週間前までに連絡をお願いします。1回のレンタル料500円です。



気まぐれピアニストの enjoy music(全7回)

ポピュラー、ジャズ、映画音楽などピアニスト中司賢一さんによる様々なジャンルの曲をお楽しみ下さい。

<第4回>10月24日(金)14時～15時

【対象】どなたでも 【定員】40名 【参加費】無料

※一度お申し込みをされた方は、申し込み不要です。

カヌーで巡る川旅～旭川の自然や歴史遺産～

カヌーパーク OKAYAMA スタッフの皆さんのご指導のもと、カヌーで旭川を巡ります。

【日時】10月25日(土)9時～12時(8時45分集合)

【集合場所】中原橋左岸 河川敷(駐車場あります)

【対象・定員】18歳以上の方・10人(先着順)

【参加費】4,000円(カヌー・パドル・ライフジャケット レンタル料、保険料)※当日集金します。

【持ち物・服装】飲料・タオル・着がえ・濡れてもよい 服装・運動靴・帽子(あご紐付)・手袋(必要な人)

【申込】10月4日(土)9:30から窓口または電話にて。

岡山市ふれあい介護予防センター主催

岡北ふれあい元気教室

10月6日(月)「筋肉を貯めてサルコペニア・ロコモを予防」

11月17日(月)「深掘り!お口の体操で健康生活」

※11月は第3週月曜日になっています。

※いずれも14時～16時 ※参加費無料・申込不要

【問合せ】岡山市ふれあい介護予防センター

086-251-6517 8:30～17:00(土・日・祝を除く)

★子育てサロン あったかひろば

◆10月6日(月)10時～12時「親子リトミック」

支援スタッフ 御野学区愛育委員会

【対象・定員】乳幼児とその保護者・10組

【参加費】無料 【申込】公民館窓口または電話にて

★子育てひろば Orange Room

◆10月21日(火)10時～12時「新聞紙プール」

◆11月18日(火)10時～12時「子育ての情報交換」

支援スタッフ 岡北学区在住の子育て支援者

【対象】乳幼児とその保護者

【参加費】無料 【申込】不要



御野防災クラブから勉強会のお知らせ

【日時】10月4日(土)10時～12時

【内容】高齢者避難等の勉強会

【参加費】無料

【対象・定員】どなたでも・30名程度

お問い合わせは、090-6842-4748(代表)まで。



たいよう 子ども食堂

【日時】10月12日(日)10時30分～13時

【場所】岡山市立北公民館

【対象】すべての方 【定員】30人(先着順)

【メニュー】焼きそば、おにぎり、野菜のソテー、プリン

【参加費】子ども無料、大人300円

【申込】9月25日(木)9:30から北公民館で受付。

※スタッフ申し込み・お問い合わせは、086-223-8620(代表)までお願いします。

