

# きたこうみんかん

岡山市立北公民館  
〒700-0081 岡山市北区津島東一丁目3-14  
Tel・Fax (086)254-4633  
eメール [kitakouminkan@city.okayama.lg.jp](mailto:kitakouminkan@city.okayama.lg.jp)  
<http://www.city.okayama.jp/shisei/0000022493html>

**休館日** 水曜日・  
祝日・年末年始  
(水曜が祝日の時は  
翌木曜日も休館)

## カヌーで巡る川旅 秋編 ～旭川の自然や歴史遺産～

パドルを漕ぎながらカヌーで秋の旭川を回遊します。  
初心者の方でも丁寧に指導しますので、興味のある方は、この機会に挑戦してみませんか。

【日時】10月21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)

【講師】カヌーパーク OKAYAMA スタッフの皆さん

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

【持ち物】飲料(ペットボトル)タオル・着がえなど

※カヌーに荷物をのせる場合は、レジ袋やチャック  
付き防水袋に入れておくと良いです。

【服装】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】9月16日(土)9時30分より窓口または  
お電話で受け付けます。

## 「持って来られ～ 文房具」

～ご協力をよろしくお願ひします～

昨年、開催し好評だった「持って帰られ～文房具」を  
9月に計画しています。

買った、もらったりしたけど使わず、家に眠っている  
文房具はありませんか？ぜひ公民館にお持ちください。  
不要になったものを有効活用し、ごみ減量や生活困  
窮家庭の支援につなげます。

【回収品】子どもたちが使えるような文房具

(鉛筆、シャープペンシル、ボールペン、ペン  
マーカー、消しゴム、ノート、メモ帳、定規、コ  
ンパス、のり、絵の具、墨汁、半紙等)

【回収期間】随時お預かりしています。

開館時間 9:30～21:00 日曜日は 17:00まで

※新品・未使用又はそれに近いものをお願いします。



## ほくほく 北★北 シニアカレッジ (全9回)

さまざまな分野について、広く学んでいきます。

第5回 9月29日(金)13:30～15:30

「俳句写真を楽しもう」～四季折々の記憶

岡山大学名誉教授 酒井 正樹さん

【対象】シニア世代 【定員】50名 【参加費】無料

【申込】定員に余裕があれば参加していただけます  
ので、当館にご確認ください。

## 人生100年時代 大切な預金を守るために

主催：中国銀行法界院支店・岡山市立北公民館

銀行の窓口で実際に起きている具体例をもとに、大  
切な預金を守るために出来ることや心構えについて学  
びます。運用の話ではありません。



【日時】9月4日(月)10:00～12:00

【講師】中国銀行法界院支店ライフプランアドバイザー

【対象】どなたでも

【定員】40名(先着順) 【参加費】無料

※受付中です。窓口またはお電話でお申込みください。

きた♪北ミュージック

## 気まぐれピアニストの enjoy music

～ピアノの美しい音色とトークで癒しのひとときを～(全8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> 9月8日(金)14:00～15:00

<第5回> 11月10日(金)14:00～15:00

【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。

## ◆第42回 公民館まつりについて◆

令和5年10月28日(土)・10月29日(日)開催  
を予定しています。役員会や実行委員会で、計画を  
進めています。詳細は、10月1日号でお知らせしま  
す。皆様お誘いあわせの上、お越しください。

## ★子育てサロン あったかひろば

9月4日(月)10時～12時 情報交換・工作など  
 10月2日(月)10時～12時 親子でリトミック  
 【参加費】無料 【定員】10組(事前申し込み必要)

## ★子育てひろば Orange Room

9月19日(火)10時～12時 和みヨガ  
 ※和みヨガ・・・心と身体をほぐす癒しのヨガです。  
 身体がかたくても大丈夫です。



10月17日(火)10時～12時 情報交換  
 【参加費】無料 【定員】10組(事前申し込み必要)

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



9月4日(月)14時～16時

「後姿を若々しく！体幹トレーニングで猫背改善」

10月2日(月)14時～16時

「食品ロスを減らしながら、しっかり食べる食生活」  
 ※事前申込不要です。

【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

## 元気で長生きノルデック！

仲間と地域を歩いて、健康な身体をめざしましょう。  
**レギュラーコース(約6km程度) 10時～12時**  
 9月21日(木)西川緑道公園(下石井公園往復)  
 集合場所:天満屋ハピータウン岡北店  
**シニアコース(約3km程度) 10時～12時**  
 9月22日(金)法界院・半田山往復  
 集合場所:岡山市立北公民館

### 【警報発令時の公民館業務について】

- ・特別警報・暴風警報・大雪警報が発令した場合は、主催講座・クラブ講座・室貸与・図書貸し出し等、全ての業務を停止します。
- ・大雨、洪水警報・高潮警報は、通常業務を継続します。但し館の状況により業務を停止する場合があります。
- ・公民館が避難所として開設された場合は、通常業務を見合わせます。また避難に配慮が必要と認められた方を優先して受け入れます。

## ジェントルマン生きがい喫茶

《毎月第2土曜日》

どなたでも安心して自由に語れる場です。  
 ニュースや関心のあることなど、好きな話題を持ち寄ってください。  
 お話を聴くだけの参加も大歓迎です。



【日時】9月9日(土) 10月14日(土)

いずれも10時～12時

【参加費】コーヒー代100円(当面、はじめての方のみ)

## ぶらぶら歴史再発見～御野編～

### ◆水の散歩コース(2.2km)

第2回 9月16日(土)10時～12時

【集合】法界院 正門 【解散】三野浄水場 11時  
 法界院～西川取水口～三野浄水場・岡山市水道記念館

### ◆歴史の散歩コース(3.3km)

第3回 12月9日(土)10時～12時

【集合】セブソイル法界院店駐車場 【解散】こどもの森  
 金万家・墓所～御崎宮～栄橋～神宮寺古墳～天計神社  
 ～こどもの森

【講師】郷土歴史愛好家 出原道雄さん

【定員】20名

【参加費】50円(保険代)※当日集金します。

【申込み】受付中。窓口・お電話で受け付けします。

※各回駐車場はありませんので、ご了承ください。



### ★地域からのお知らせ★



## たいよう 子ども食堂

9月はオカリナ演奏会(10時30分～11時30分)を予定しています。皆さんで楽しい時間を過ごしましょう。

【日時】9月24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】厚あげマーボー丼、かき玉二郎汁

【参加費】子ども無料、大人300円

【申込み】9月1日(金)から北公民館窓口または、お電話(086-254-4633)でお申し込みください。  
 ※スタッフ申し込み・お問合せは、086-223-8620(代表)までお願いします。



【図書の貸出】一度に一人5冊まで、2週間借りられます。児童書、絵本も多数ありますのでご利用ください。